سلسلة علم النفس

٢

مدخل الى علم النفس

إعداد

الشيخ كامل محمد محمد عويضة

دار الكتب العلمية

بيروت - لبنان

سلسلة علم النفس



مدخل إلى علم النفس

إعداد

كامل محمد محمد عويضة

مراجعة

أ. د محمد رجب البيومي
عميد كلية اللغة العربية بالمنصورة

دار الكتب العلمية
بيروت لبنان

الطَبعَة الأولى
١٤١٦هـ - ١٩٩٦م.

دار الكتب العلمية
بيروت - لبنان

العنوان : رمل الظريف، شارع البحتري، بناية ملكارت
تلفون وفاكس : ٣٦٤٣٩٨ - ٣٦٦١٣٥ - ٦٠٢١٣٣ (١ ٩٦١) ٠٠
صندوق بريد: ٩٤٢٤ - ١١ بيروت - لبنان

DAR al-KOTOB al-ILMIYAH
Beirut - Lebanon

Address : Ramel al-Zarif, Bohtory st., Melkart bldg., 1st Floore.
Tel. & Fax : 00 (961 1) 60.21.33 - 36.61.35 - 36.43.98
P.O.Box : 11 - 9424 Beirut - Lebanon



مقدمة

علم النفس psychology مشتق من كلمتين يونانيتين psyche بمعنى الروح أو العقل أو الذات، Logos وتعني العلم أو الدراسة. وبالتالي يكون علم النفس هو دراسة الذات كما تكشف عن نفسها في الأداء والعمل والنشاط ـ أي في السلوك.

ومن ثم يمكن تعريف علم النفس بأنه «العلم الذي يدرس سلوك الإنسان أي يصف هذا السلوك ويحاول تفسيره».

ونقصد بالسلوك كل ما تصدر عن الفرد من استجابات مختلفة إزاء موقف يواجهه إزاء مشكلة يحلها، أو خطر يهدده، أو قرار يتخذه، أو مشروع يخطط له، أو درس يحفظه، أو مقالة يكتبها، أو آلة يصلحها، أو مسابقة يعمل على الفوز فيها، أو لوحة فنية يتأملها، أو أزمة نفسية يكابدها.

وكتبه
كامل محمد محمد عويضة
مصر. المنصورة. عزبة الشال
ش جامع نصر الإسلام

١ ـ علم النفس وتطوره التاريخي

يمتاز الربع الأخير من القرن العشرين بالصبغة الإنسانية الأمر الذي دعا جميع الدول المتقدمة والنامية أن تسعى جاهـدة إلى العنايـة الفائقـة بالإنسان حتى أصبح الإنسان كفرد وكمجموع هو محور الحياة في السنوات الأخيرة. ومن هنا كان على العلوم الإنسانية أن تتبوأ مركزها الطبيعي.

ولما كان علم النفس يهدف إلى دراسة الهندسة البشرية، فقد احتل موقع الصدارة بين العلوم الإنسانية نظراً لأهمية هذا العلم في توفير الحياة السعيدة للأفراد والجماعات، كما أنه يبحث في التكوين العقلي للإنسـان للتعرف على دوافع سلوكه وقدراته الطبيعية لمساعدته على تحديد أسلوب حياته وحل مشكلاته، ويشترك علم النفس في هـذا الهدف مـع العلوم الإنسانية الأخرى.

وحيث أن علم النفس يعتبر أحد العمد الحضارية التي تسهم إسهاماً إيجابياً في تحقيق رضاء الفرد وسعادته فقد أصبح لزاماً عليه أن يجابه هذا التحدي ويتجه إلى دراسة الإنسان والبحث فيما يأتي:

١ ـ يبحث علم النفس في كل ما يفعله الإنسان سواء ما يقولـه في أحاديثه أو يصدرعنه من سلوك حركة وجسمي ولفظي وعقلي واجتماعي وانفعالي.

٢ ـ يبحث علم النفس كل ما يشعر به الإنسان من راحة أو تعب وضيق من إتزان أو انفعال، من رغبة أو عزوف.

٣ ـ يبحث علم النفس في كل ما يدركه الإنسان: كيف يتعلم وكيف

يتذكر، كيف يصمم وكيف يفكر، كيف يتخيل وكيف يبتكر. لماذا يثور ولماذا ينفعل، لماذا يحب ويكره، ولماذا يخاف ويغضب.

وفي كل هذه المباحث يحاول علم النفس أن يعطي تفسيراً لهذا السلوك ودوافع التصرفات التي نشأت من علاقة الإنسان في البيئة التي يعيش فيها.

ويعتبر علم النفس في صورته الحديثة علماً جديداً لأنه كان يدرس ضمن دائرة الفلسفة عنها بالتدريج، ثم تأثر بعد ذلك بأبحاث ونظريات علوم الحياة، ثم استقامت طرائقه، ووضح منهجه وأسلوبه، وتحدد ميدانه فأصبح اليوم علماً قائماً بذاته له مبادؤه وتطبيقاته وقوانينه العلمية.

ومما يدل على أن بذور هذا العلم متأصلة وموجودة منذ وجد الإنسان وإن كانت قد اتخذت صوراً مختلفة على مر الزمن وتعاقب العصور، أننا نجد المفاهيم النفسية والمعاني ذات الأصل السيكلوجي موجودة في جميع اللغات واللهجات، ففي قواميس اللغات واللهجات القديمة والحديثة عند الشعوب المختلفة نجد كثيراً من العبارات والمعاني النفسية كالحب، والكراهية، والغضب، والأمل، واليأس والطموح، والتراجع، والتفكير، والانفعال وهكذا.

ودراسة علم النفس محببة إلى كل إنسان. والواقع أن كل واحد منا له تكوينه وخصائصه وصفاته ورغباته وآماله ومطامعه ومسالكه ويحمل من نفس «معمله الخاص» الذي يستطيع به أن يتأمل ما يجري من نفسه ويقارنه بما يجري في نفوس الغير بما يلاحظه من سلوكهم، وأن يطابق بين إحساساته وبين الآراء والتفسيرات العلمية التي يصادفها.

وكلما زادت قوة الشخص على الملاحظة، والمقارنة المبنية على الخبرة بطباع الناس وأساليب سلوكهم كلما زادت قدرته على الحكم على تصرفات نفسه وتصرفات غيره، وكلما أمكنه تحسين أساليب سلوكه بما يحقق مزيداً من السعادة في حياته.

غير أن التصرفات الظاهرية للأفراد والجماعات ليست دائماً على درجة من البساطة بحيث يستطيع أن يفسرها الشخص العادي الذي لم يسبق له دراسة علم النفس. ذلك لأن كل مظهر من مظاهر السلوك يعتبر نتيجة لجملة عوامل تفاعلت مع بعضها في نفس الشخص بحيث ينتج عن تفاعلها ذلك السلوك. وغالباً ما تكون هذه العوامل معقدة وغير واضحة حتى لصاحبها نفسه، لأن بعضها يكون شعورياً ومرتبطاً بإرادة الشخص، وبعضها الآخر يكون لاشعورياً ولا سلطان لصاحبه عليه. وبعض هذه العوامل يكون له أصل بيولوجي مرتبط بوظائف أعضاء الجسم وتفاعلات التكوين الكيمياوي والغددي والدموي للجسم، بينما يكون البعض الآخر له أصل نفسي مرتبط بالدوافع والحاجات النفسية أو الاستجابات الغريزية والعاطفية أو مقتضيات التوازن النفسي التي يتطلبها الموقف الراهن للشخص في البيئة المحيطة به في الزمان والمكان الذي صدر فيه هذا التصرف.

ونظراً لتعقد النفس البشرية وتشعب بواعث السلوك، ودوافع تصرفات الإنسان فقد أصبحت دراسة علم النفس أمراً ضرورياً. ولا يصح إذن أن يكون حق الكلام في علم النفس وحقائقه أمراً مشاعاً للجميع، بل ينبغي أن يترك هذا الأمر لمن درسوا علم النفس دراسة منظمة مبنية على أساليب البحث العلمي وتعرف حقائق العلم وقواعده على حقيقتها.

فكثيراً ما نصادف أفراداً يتحدثون عن مصطلحات نفسية من غير معناها الصحيح، ويلقون أحكاماً خاطئة على تصرفات غيرهم في ثوب من العبارات ذات الأصل النفسي، وقد يتسبب عن ذلك بلبلة من الأفكار، وأخطار لا يستهان بها بسبب عدم القدرة على تحديد المعاني الحقيقية واستعمال الألفاظ والمصطلحات النفسية من غير مدلولاتها الصحيحة . . .

وبالرغم من أن حقائق علم النفس مأخوذة من الحياة الواقعية للناس مما يجعلها تبدو أحياناً كما لو كانت معلومات بديهية وملموسة... إلا أن من الخطأ ترديد العبارات النفسية من غير فهم دقيق لها وبدون فهم مدلولها.

وإذن فلا بد من الدراسة العلمية لحقائق علم النفس، والإفادة من خبرة العلماء السابقين وآرائهم فيه، ومتابعة تطور نظريات علم النفس وتطبيقاته الحديثة في ميادين الحياة المختلفة.

٢ـ أهمية دراسة علم النفس

١ ـ لعل من أبرز خصائص الحضارة المعاصرة دراسة الهندسة البشرية من خلال علم النفس الذي يعتبر من أهم العلوم الإنسانية التي تسعى لرفاهية الفرد وسعادته. ويرى العلماء أن علم النفس هو علم القرن العشرين لأن غزو هذا العلم لجميع مجالات الحياة خلال هذا القرن لم يسبق له مثيل في القرون الماضية، والواقع أن دراسة هذا العلم قد أصبحت اليوم ضرورية لكل إنسان لأهمية هذا العلم في زيادة القدرة الإنتاجية للفرد، وتحسين العلاقات الإنسانية في ميادين العمل والإنتاج والقضاء على مشكلات الأفراد والجماعات، ولهذا اتسعت ميادين استخدام وتطبيق مبادىء علم النفس ونظرياته حتى أصبحت تعمُّ جميع نواحي الحياة.

٢ ـ ونظراً لأن علم النفس يبحث في تكوين النفس، وسلوك الإنسان في صوره المختلفة، وما يقوم وراء هذا السلوك من دوافع واستعدادات كما يفسر لنا كيف نتذكر وكيف نفكر ونتعلم وغير ذلك من العمليات العقلية العليا، فإن دراسته محببة إلى النفس، ويميل بعض الناس إلى دراسته لأنهم يريدون أن يدرسوا أنفسهم ويقفوا على أعمال عقولهم، وكلما شعر مثل هؤلاء بمشكلاتهم النفسية. وقد يصل هذا الإهتمام إلى درجة تجعلهم يكثرون من تأمل أنفسهم على الدوام ومحاولة تحليل نفسياتهم بطريقة قد تزيد في إتلاف أعصابهم خصوصاً إذا كانوا من النوع الذي يبني دراسته على الطريقة السطحية غير الموجهة، وفي الحالات الشاذة تؤدي الدراسة

غير الموجهة لعلم النفس إلى زيادة الاضطراب؛ ذلك لأن الشخص الذي يحس نقصاً أو اضطراباً في ناحية معينة يميل إلى القراءة عن هذه الناحية دون غيرها. فتكون قراءاته ناقصة، ومعلوماته غير متكاملة، ولهذا لا تحقق هدفه في الوصول إلى حل مشكلته. وهذا يشبه المريض بأحد الأمراض العادية الذي يحاول أن يقرأ عن هذا المرض وعلاجه، ولا يبني قراءاته على أساس علمي، فتفوته بعض النواحي المرتبطة بمرضه بطرق غير مباشرة، مما قد يؤدي إلى مضاعفات خطيرة وتكون قراءاته غير الموجهة عن المرض سبباً في الخطأ في العلاج.

٣ - ويميل كثير من الناس إلى دراسة علم النفس لأن يفتح لهم مجالاً جديداً للاستزادة من العلم، وأفقاً أوسع لإشباع نهمهم للمعرفة وللفكر الإنساني بوجه عام؛ ويجد هؤلاء في فهم مصطلحات العلم الجديد ما يزيد قدرتهم على المناقشة العلمية والتفكير المنطقي ومسايرة التقدم الاجتماعي ويشجعهم على ذلك ما يجدونه الآن من انتشار حقائق علم النفس وتطبيقاته من كل نواحي الحياة، فقد أصبحت الصحف والأفلام السينمائية والبرامج الإذاعية والتليفزيونية وكتب الأدب وكل وسائل نشر الثقافة مشبعة بروح علم النفس وحقائقه.

٤ - ويزداد ميل بعض الأفراد إلى دراسة علم النفس لإعجابهم بطرق دراسته وموضوعاته وخصوصاً نواحي تتبع حياة الأطفال في مراحل نموهم المختلفة كالآباء الذين يميلون إلى دراسة علم النفس لفهم شخصية أبنائهم بمظاهرها المختلفة الجسمية والعقلية والانفعالية والإجتماعية. كما أن هذه الدراسة تتيح لهم معرفة الفروق الفردية بين الأبناء فلا يكلفونهم ما لا طاقة لهم به.

٥ - وكثيراً ما نجد بعض الناس شغوفين بدراسة علم النفس لأسباب مختلفة فمنهم من يميل لدراسة علم النفس بحكم الحاجة إليه في المهن التي سيعملون بها ومن أمثلة ذلك:

(أ) يميل كثير من الأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين إلى دراسة علم النفس لإعجابهم بطرق دراسته وموضوعاته وخصوصاً نواحي تتبع حياة الأطفال والراشدين والشيوخ للوقوف على سلوكهم وتصرفاتهم ولاكتشاف أي اضطراب أو شذوذ في سلوكهم وتتبع معرفة أسباب هذا الانحراف وتحديد طرق العلاج.

(ب) يميل المدرسون إلى دراسة علم النفس لمعرفة خصائص النمو النفسي لكل مرحلة عمرية للوقوف على العوامل التي تؤثر في نمو أفراد كل مرحلة، وفي أساليب سلوكهم ومدى توافقهم في الحياة.

(جـ) يميل رجال الصناعة في المؤسسات والشركات إلى دراسة علم النفس لاختيار العمال الذين تتوافر فيهم الاستعدادات والقدرات والميول للأعمال المختلفة، ومعرفة الظروف المناسبة للعمل لإبعاد التعب الجسمي والملل النفسي عن العمال وكذلك الاحتياطات اللازمة لوقاية العمال من الحوادث وتأمين مستقبلهم، بالإضافة إلى رفع روحهم المعنوية كل ذلك بهدف زيادة الإنتاج ورأس المال.

٦ ـ ولأهمية علم النفس في القوات المسلحة تطبق حقائقه في وحدات الجيش المختلفة حيث يوزع الأفراد على الأسلحة التي تتفق وقدراتهم بالإضافة إلى الاستفادة من هذا العلم في تخطيط أحسن الوسائل لتدريب الجنود وتهيئة أحسن الظروف التي تساعد على رفع روحهم المعنوية.

٧ ـ كما أن هناك كثيراً من المتخصصين في الميادين المختلفة يميلون إلى دراسة علم النفس للاستفادة منه في عمليات التوجيه التعليمي والعلاج النفسي وفي ميادين التجارة وغيرها.

٨ ـ ويتميز علم النفس عن الكثير من العلوم الأخرى بأن البدء بدراسته يشجع على الاستزادة منه ومتابعة هذه الدراسة. فالمعلومات الأولية تساعد على مواصلة التوسع في الدراسة. ولكن إذا كانت المعلومات التي يبدأ بها القارىء من النوع الجاف المملوء بالاصطلاحات

والإحصاءات البعيدة عن مستوى فهم المبتدىء فإن هذا قد ينفره من متابعة الدراسة.

ونظراً لأن علم النفس يبحث الحقائق النفسية على حقيقتها في شيء من الحرية العلمية فإنه يطرق كثيراً من خفايا النفس وأخطائها التي قد تقف أمام إبرازها ومحاولة دراستها تقاليد أو معتقدات معينة. . . وبسبب ذلك نجد أن بعض من لا يتعمقون في دراسة علم النفس. . . ومن يدرسونه دراسة سطحية يتهمون هذا العلم اتهاماً خاطئاً بأنه يشجع على الخروج عن المألوف أو بأنه يخالف تعاليم الدين أو النظم الاجتماعية. والواقع أن علم النفس يتفق مع ما تنادي به تعاليم الدين الصحيحة.

٣ ـ مراحل تطور علم النفس

من الممكن أن نلمس المراحل المختلفة لتطور علم النفس بدراسة مجتمعاتنا الحالية، حيث نجد أن التفكير البدائي القديم لا يزال موجوداً في بعض المجتمعات جنباً إلى جنب مع التفكير العلمي الحديث. فكما أن الإنسان الراشد يحمل في نفسه أيام طفولته بما كان يسودها من أنانية وصفات أخرى، بجانب ما لديه من قدرة على التفكير المتزن والنظرة الأجتماعية القديمة، فكذلك المجتمع يحمل ماضيه بما فيه من تأخر وتقدم. وكما أن الرجل الراشد يظهر في سلوكه بعض التصرفات البدائية كالاندفاع وغيره، فكذلك المجتمع تظهر فيه أيضاً بعض المعتقدات البدائية كالخرافات وغيرها.

ونحن لا زلنا نرى في مجتمعنا الحاضر بعض الأساليب البدائية في التفكير كالدجل والشعوذة والاعتقاد في الجن والحكم على الناس بالفراسة، بجانب أساليب البحث العلمي الحديث من علاج طبي ونفسي ومن بحوث علمية متقدمة وكلها موجودة في هذا العصر جنباً إلى جنب.

ويمكن تلخيص مراحل علم النفس فيما يأتي:

أولاً ـ مرحلة التفكير البدائي.
ثانياً ـ مرحلة التفكير الفلسفي.
ثالثاً ـ مرحلة التجريب والقياس.
رابعاً ـ تشعب المذاهب ومدارس علم النفس.
خامساً ـ علم النفس الحديث.

أولاً ـ مرحلة التفكير البدائي:

منذ وجد الإنسان كان يفكر في نفسيته ويحاول أن يفهم سلوكه ويفسر أسباب تصرفاته. ومن أهم التفسيرات البدائية التي لا تزال لها آثار موجودة الآن اعتقاد أجدادنا القدامى بوجود كائن صغير يسيطر على أعمالنا، فكانوا يتصورون أن «مخلوقاً صغيراً» يسكن جسم الإنسان ويتحكم فيه وبدأوا في وصف هذا المخلوق الصغير، واعتبروه مصدراً للتصرفات الخيرة والتصرفات الشريرة، وقالوا إن هذا المخلوق الصغير هو الذي يؤدي إلى الشقاء، أي أن هذا المخلوق الصغير هو الذي يدفع الإنسان إلى السلوك الحسن الذي يؤدي إلى السعادة أو إلى السلوك السيء الذي يؤدي إلى الشقاء، أي أن هذا المخلوق الصغير أحياناً يكون قاسياً شريراً، وأحياناً يكون طيباً خيراً. وأعتقد الأجداد القدامى كذلك أن هذا المخلوق الصغير قد يترك الجسم وقد لا يعود له ثانياً، وكان هذا هو تفسير ظاهرة الموت. وقالوا أيضاً أن لهذا المخلوق الصغير صفات خاصة لا نعهدها في الجسم المادي إذ يستطيع أن يخترق أي عائق ولا تحد حركته قوانين الحركة أو الاحتكاك أو الصوت التي نعهدها، بل له القدرة العجيبة على أن يتواجد في أي مكان في أي وقت يريد، بل من الممكن له أن يتواجد أحياناً في مكانين معاً في آن واحد. . . وهذه الخواص ساعدتهم على تفسير ظاهرة الأحلام على اعتبار أن هذا المخلوق الصغير يترك الجسم وهو نائم ويتجول في صورة أحلام مختلفة وأن الحلم الواحد الذي يتم في زمن صغير يمكن أن تتم فيه أحداث خطيرة من حيث الزمان والمكان.

والذي يتأمل حياة قدماء المصريين كما تبدو في آثارهم ومعاملتهم الموتى يجد الكثير مما يتمشى مع هذه المعتقدات، فالصور والنقوش التي ترى في المعابد تدل على اعتقاد المصريين القدامى بأن الموت لا يخرج عن كونه انفصال «المخلوق الصغير» عن الجسم، وأن ذلك الكائن الصغير لا يزال حياً، وإذن فلا بد من تزويده بالطعام والملبس وكل ما فيه ضمان راحته في

الحياة الآخرة.

ثانياً ـ مرحلة التفكير الفلسفي:

أ ـ العلاقة بين الروح «أو العقل أو النفس» والجسم

الروح «أو العقل أو النفس» كلمات استعملها الفلاسفة القدماء لتدل على معنى واحد تقريباً، وإن كان بعضهم قد فرق بينها واستعمل كلاً منها بمعنى خاص ومع هذا فقد حدث تقارب في العصور الحديثة بين معنى النفس ومعنى العقل. وتاريخ علم النفس ليس في الحقيقة سوى تتبع فهم الإنسان للروح «أو العقل أو النفس» ودراسة تطورات كل من هذه القوى وتفاعلاتها مع غيرها بعد أن استقر معناها نوعاً ما، وحدده رجال علم النفس المحدثين.

وقد أطلقت كلمة الروح في باديء الأمر على تلك القوى الخفية الموجودة في الجسم والتي تتصل به نهاراً ثم تنفصل عنه عند النوم أو الممات، فالإنسان القديم كان يظن أنه يحيا حياة أخرى في أحلامه، لا بجسده الساكن في مضجعه، ولكن بقوة أخرى هي الروح التي تهجر الجسد في أثناء النوم، وتهيم في ملكوت الكون ترغب وتفكر، وتسعى وتكافح، ثم تعود إلى الجسم عندما يصحو من نومه.

وعند الممات تهجر الروح الجسد كلية لتحيا في عالم آخر غير هذا العالم، وقد ثبت عن ذلك كثير من العقائد القديمة في الحياة بعد الموت التي نراها ظاهرة بأحلى معانيها فيما خلفه لنا قدماء المصريين وغيرهم من الشعوب ذات الحضارة القديمة.

وقد أخذ الإغريق عن قدماء المصريين عقيدتهم في الروح واعتقدوا ـ في القرن الخامس قبل الميلاد ـ أن هناك كائناً آخر غير مرئي متحداً مع الجسم المرئي، وسمي هذا الكائن غير المنظور «الروح» ولما كانت الروح في نظرهم قادرة على ترك الجسم ولا تخضع في حركاتها لزمان أو مكان، فقد فسروا بها بواعث السلوك من أحلام وتفكير وحِسّ وحركة.

ولقد كان الرأي السائد عند القدماء أن الروح هي بسبب الحياة وأصلها، والمهيمنة على السلوك والأعمال، بدونها يصبح الإنسان جثة هامدة فكان معناها عندهم أعم من المعنى الذي نعرفه لها الآن، شملت الروح التي نتحدث عنها لأنهم رأوا فيها بسبب الحياة وأصلها، وفضلاً عن ذلك فقد شملت العقل أيضاً لأنها تضمنت القوة المهيمنة على السلوك والأعمال.

وفي القرون الوسطى بدأ المعنى المزدوج للروح يتحلل إلى جزئية وخصص العلماء للروح الصفة الأولى وهي كونها سبب الحياة وأصلها. أما الصفة الثانية وهي كونها المهيمنة على السلوك فقد خصوا بها العقل. وبذلك أصبح لدينا قوتان: الروح والعقل، بعد أن ظلا مدة طويلة مختلطتين غير متميزتين.

وقد دخلت الروح بين نطاق بحوث رجال الدين وعلماء الروحانيات، أما الظواهر العقلية فقد دخلت في نطاق الفلاسفة ورجال علم النفس وبذلك أصبحت المباحث النفسية مباحث عقلية لاروحية فكانت هذه أول بادرة لانفصال علم النفس عن علم الروحانيات، وأصبح علم النفس بعد ذلك علم العقل.

وبعد أن استبدل الفلاسفة لفظ «الروح» بلفظ «العقل» بدأوا يضعون النظريات عن العقل. وعلاقته بالجسم ومن أشهر تعريفاتهم للعقل: أنه ما ليس جسم .في حين أن تعريفهم للجسم: هو ما ليس عقل.

أما عن علاقة العقل بالجسم فقد وضع الفلاسفة لذلك نظريات مختلفة أهمها: نظرية التوازن التي تؤكد أن كلاًمن العقل والجسم ينتميان إلى عنصرين متوازيين لا يلتقيان، ونظرية التداخل التي تؤكد أن العلاقة بين الجسم والعقل امتزاج تام مما يجعل من الصعب الفصل بينهما.

ب ـ رأي الفلاسفة في علاقة العقل بالجسم:

من أهم الباحثين في العقل من الفلاسفة: أفلاطون وأرسطو ثم

ديكارت ومن أعقبه من علماء الفلسفة الحديثة. ولهؤلاء جميعاً آراء شيقة نقتطف منها ما يأتي:

١ ـ أفلاطون (٤٢٨ ـ ٣٤٨ ق.م):

كان أفلاطون يرى أن هناك عالمين: عالم «المثل» وهو عالم الأرواح أو العقول ومنه تتكون النفس، وعالم «الحس» أو العالم المادي ومنه يتكون البدن أو الجسم، وكل من هذين العالمين يختلف في طبيعته عن الآخر اختلافاً جوهرياً. وعندما تهبط النفس من عالم المثال إلى العالم المادي لتحتل الجسم تتكون النفس البشرية التي يمكن تقسيمها في نظر أفلاطون إلى ثلاثة أنواع من النفوس، تعمل مع بعضها في توجيه تصرفات الإنسان وحياته وهذه النفوس الثلاثة هي:

١ ـ النفس العاقلة ومركزها الرأس وهي المسؤولة عن التفكير والإدراك والتعلم والثقافة.

٢ ـ النفس العصبية ومكانها القلب ووظيفتها الموازنة بين مطالب النفس العاقلة ومطالب النفس الشهوانية.

٣ ـ النفس الشهوانية ومركزها البطن وهي التي تدفع إلى إرضاء النزعات الغريزية.

ويختلف الناس فيما بينهم بحسب اختلافهم في هذه النفوس الثلاثة ومدى طغيان إحداهما على الأخرى.

وبناء على هذا الفرض قسم أفلاطون الناس في جمهوريته المثالية التي تخيلها إلى ثلاث طبقات هي:

١ ـ طبقة الفلاسفة وهم من تتميز عندهم النفس العاقلة.
٢ ـ طبقة الحراس وهم من تغلب عندهم النفس الغضبية.
٣ ـ طبقة العمال والزراع وتغلب عندهم النفس الشهوانية.

ويلاحظ هنا الشبه الكبير بين هذا التقسيم الثلاثي للنفس وبين

تقسيم محتويات الشعور في علم النفس الحديث إلى:

١ ـ النواحي الإدراكية: وتقابل النفس العاقلة التي يمكن أن توصف بالعلم أو الجهل.

٢ ـ النواحي الوجدانية: وتقابل النفس الشهوانية التي يمكن أن توصف بالتطرف أو الاعتدال.

٣ ـ النواحي النزوعية: وتقابل النفس الغضبية التي يمكن أن توصف بالسيطرة والإرادة أو الاستسلام.

وقد أوضح أفلاطون فلسفته في عدد من الأساطير. ومن أمثلة ذلك أسطورة العربة التي شبه النفس فيها بعربة يجرها جوادان ويقودها سائق، ويكون أحد الجوادين فيها سلس القيادة وهذا يرمز للإرادة أو النفس الغضبية، ويكون الجواد الثاني عصبياً ميالاً إلى الجموح وهذا يرمز إلى النفس الشهوانية، وأما السائق فيرمز إلى النفس العاقلة. ويتوقف توجيه العربة وحسن قيادتها على ما يكون للسائق من قدرة على التحكم والتوفيق بين طبيعة الجوادين.

إذن فالنفس والجسم في نظر أفلاطون جوهران منفصلان لأنهما من عالمين مختلفين والصلة بينهما تشبه للصلة بين الربان والسفينة، فالربان يعنى بأمر السفينة ويدبر شؤونها وهو أيضاً لا يعتبر جزءاً من ماهيتها.

هذا وقد تأثر أفلاطون في آرائه بإحدى الديانات التي تقول بتناسخ الأرواح والتي تعتبر أن الأرواح تعيش في عالم قدسي وأنه قد يحدث ما يجعلها تهبط إلى عالم الأجسام، وعندما تهبط تعمل دائماً على التخلص من الجسم.

وكان أفلاطون يعتقد أن النفس ـ لكونها جوهر روحي يأتي من عالم المثل ـ تشقى بسبب هبوطها إلى الجسم الذي يعتبر سجناً لها، وما عليها إلا أن تخفف من سوء حظها بالعمل الصالح والمعرفة الحقة والحكمة التي تطهر النفس، وليس هناك ما يفوق الحكمة والمعرفة سوى الفيض الإلهي الذي

يشرق على النفس في صورة الحب المثالي، أما الخلاص النهائي من السجن في العالم المادي فلا يكون إلا بالموت الذي ينبغي للنفس أن ترحب به وألا تجزع منه أو تخشاه لأن الموت يعتبر منتهى السعادة الأبدية.

٢ ـ أرسطو (٣٨٤ ـ ٣٢٢ ق.م):

تختلف فلسفة أرسطو عن فلسفة أفلاطون وبالأخص من حيث علاقة العقل بالجسم، فقد بنى أرسطو فلسفته على أساس أن العقل والجسم متصلان ولا يمكن الفصل بينهما إطلاقاً وهذا يختلف عن رأي أفلاطون الذي اعتبر أن كلاً من العقل والجسم ينتمي إلى عالم آخر.

وقد شبه أرسطو العلاقة بين العقل والجسم بالعلاقة بين أي تمثال وصورته فمادة التمثال تناظر الجسم وصورة التمثال تناظر النفس أو العقل، وكما أنه لا يمكن فصل صورة التمثال عن مادة الرخامية إلا بتحطيم التمثال نفسه، فكذلك لا يمكن فصل النفس عن الجسم إلا بالقضاء على الجسم.

وقال أنه يمكن أن تنظر إلى العقل على أنه وظيفة الجسم ولا يمكن فصل العضو عن وظيفته. ولهذا شبه العلاقة بين العقل والجسم بالعلاقة بين وظيفة أي حاسة من الحواس كالعلاقة بين وظيفة الإبصار وحاسة العين، أو عملية السمع والأذن وحيث أنه لا يمكن للإبصار أن يتم من غير العين، ولا يمكن أن تسمى العين عيناً إلا إذا أبصرت، ولا تسمى الأذن أذناً إلا إذا سمعت فإن الإنسان لا يعتبر إنساناً إلا بتوافر كل من الجسم والعقل، ولما كان من المستحيل الفصل بين الإبصار والعين إلا بإتلاف حاسة العين فكذلك لا يمكن الفصل بين الجسم والعقل إلا بالقضاء على الإنسان وإذن فمن الواضح أن الروح ليست منفصلة من الجسم.

وقد إلى أرسطو آراءه الفلسفية الأخرى على أساس الحقيقة الأولية التي بدأ بها فلسفته وهو أن العقل وظيفة الجسم، وعلى أساس هذه الفكرة الوظيفية توصل أرسطو إلى تقسيم الكائنات الحية على أساس الوظائف التي يظهر أثرها واضحاً في حياة كل نوع من الأنواع الثلاثة المعروفة لنا وهي:

١ ـ **النبات**: والوظيفة البارزة عند النبات هي عمليات الامتصاص والتغذية، وهذه تؤدي غرض حفظ الحياة والنمو وبقاء النوع ـ وهي موجودة وضرورية للحياة في كل من النبات والحيوان ـ ولكنها بارزة في النبات.

٢ ـ **الحيوان**: وهو وإن كان يعتمد في حياته على التغذية إلا أن الوظيفة الأساسية في حياته والتي تميزه عن النبات تماماً هي وظائف الحس والحركة وهي التي تؤدي غرض الاستجابة لمؤثرات البيئة والانتقال والتحرك بما يلائم هذه المؤثرات. وهذه الوظائف ليست ضرورية عند النبات، ولكنها ضرورية لحياة الإنسان والحيوان.

٣ ـ **الإنسان**: وهو وإن كان يقوم بوظائف التغذية، والحس والحركة إلا أن الذي يميزه عن النبات والحيوان تمييزاً تاماً التفكير والنطق وهما مظاهر للعقل الذي يعتبر في نظر أرسطو الوظيفة الرئيسية للجسم.

هذا ومن الواضح أن كل نوع يستطيع أن يقوم أيضاً بالوظائف التي تميز النوع السابق له في هذا الترتيب بجانب الوظيفة الأساسية الخاصة به.

وقد كان لآراء أرسطو في ذلك الوقت صفة ابتكارية ساعدت في تقديم علوم الحياة، ولذا يعتبر تقسيمه الثلاثي من أهم الاكتشافات الفلسفية.

٣ ـ ديكارت (١٥٩٦ ـ ١٦٥٠):

يعتبر ديكارت الفيلسوف الفرنسي مؤسس الفلسفة الحديثة، وكان يرى أن الكائن الحي عبارة عن آلة معقدة الصنع، تتأثر بالصوت والضوء والمؤثرات الخارجية من تلقاء نفسها.

ولكنه فرق بين الحيوان والإنسان بقوله إن الحيوان يتصرف على أساس ميكانيكي صرف كالآلات التي نراها، أما الإنسان فبرغم كونه مثل الحيوان في قدرته على التصرف الآلي إلا أن استجاباته مبنية على ما يكون

لديه من الوعي والإحساس والانفعال بما يميزه عن الحيوان. وبمعنى آخر أن الإنسان يختلف عن الحيوان بأنه آلة يسيطر عليها العقل، وأن العقل في الإنسان وظيفته الشعور.

وكانت فكرة ديكارت عن العقل أنه مادي كالجسم أيضاً، وأن له مكاناً خاصاً في قاع المخ في وسط الرأس تماماً في مكان ما يعرف بالغدة الصنوبرية.

وكان يرى أن هناك «أرواحاً حيوانية» في شكل جسيمات صغيرة لا تشغل فراغاً محسوساً، ويمثلها بسائل رقيق أو لهيب حي. وهذه الأرواح الحيوانية يولدها القلب وتختزن في المخ، وتنساب في الأعصاب التي كان يصورها بقنوات تسمح بمرور هذه الأرواح الحيوانية لكي تصل إلى أعضاء الحس والحركة فتحدث التصرفات والمشاعر والانفعالات والأفكار التي يريدها العقل المسيطر.

ومنذ ذلك الوقت أخذ موضوع علم النفس يزداد تحديداً ووضوحاً لأنه أصبح يبحث في الشعور الذي يتضمن التفكير والتذكر والتصور وما يجده الإنسان في نفسه من مشاعر وانفعالات وميول ورغبات حتى أصبح علم النفس هو علم الشعور وكانت هذه بداية انفطام علم النفس عن الفلسفة.

وليس هنا مجال نقد هذه الآراء والحكم على صحتها أو خطئها، ولكن من الممكن أن نلمس منها أن ديكارت أول من وضع نواة التفكير في مبادىء دراسة الجهاز العصبي والجهاز الدموي وأول من وجه النظر لدراسة السلوك البشري على أسس فسيولوجية. غير أنه يؤخذ عليه أنه خلط بين الجهازين العصبي والدموي لأن المعروف أن الأعصاب ليست مجوفة وأن الذي يمر على الأعصاب هو تيار عصبي وليست جسيمات صغيرة، أما الشرايين والأوردة فهي مجوفة.

ومن أهم ما تميزت به فلسفة ديكارت مذهبه وأسلوبه في البحث الذي

يبدأ بالشك والتأمل كما يبدو ذلك في عبارته المشهورة، «أنا أشك إذن أنا أفكر وإذن أنا موجود» ثم إنه انتقل من اعتبار هذه القضية ثابتة، واستطرد منها بما يشبه البرهان في حل تمرينات الهندسة إلى إثبات وجود الله، ثم إلى إثبات وجود الحواس والعالم الخارجي.

هذا وقد أفاد علم النفس كثيراً من بحوث الفلاسفة الذين جاءوا بعد ديكارت مثل «جون لوك» و«كانت» وغيرهما خصوصاً في البحوث المتعلقة بعلاقة الجسم بالعقل وبطبيعة الإدراك والتصور والتذكر والتفكير ودوافع السلوك المختلفة.

تعقيب:

من الآراء السابقة يتبين لنا اختلاف وجهات نظر الفلاسفة فيما يختص بالعلاقة بين الجسم والعقل، وليس من السهل إيجاد دليل يوضح صحة أو بطلان أحد هذه الآراء الثلاثة التي أشرنا إليها لأنها آراء فلسفية كانت مبنية على الجدل وتناقل الحكم، وكثيراً ما يجد الباحث تناقضاً في هذه الآراء. وعندما يبدأ في مناقشتها قد يجد نفسه ينتهي من حيث بدأ، وذلك لأن هذه الآراء الفلسفية لم تكن مبنية على أسس البحث العلمي الصحيح الذي يعتمد على فرض الفروض وإجراء التجارب للتثبت من صحة النتائج، إنما كان يأخذها بعض الفلاسفة قضية مسلمة وتبنى عليها أفكار أخرى ويستمر الجدل من غير التأكد من صحة المقدمات بالأسلوب العلمي الذي اتبع فيما بعد.

ومما هو جدير بالذكر أن الفلسفة قد تطورت الآن في صورة مجموعة العلوم الحديثة المعروفة لنا كالطبيعة، وعلم وظائف الأعضاء، وعلم النفس، وبقية العلوم الأخرى التي لا غنى للباحث فيها عن دراسة تاريخ الفلسفة. وعلم النفس هو أحدث هذه العلوم ولا بد لدراسته من الرجوع إلى تاريخه الأصلي عندما كان من فروع الفلسفة.

ثالثاً ـ مرحلة التجريب والقياس:

يمكن أن نعتبر أن العوامل الرئيسية الآتية قد ساعدت على تطور علم النفس بحيث أصبح علماً بالمعنى الصحيح:

١ ـ حركة التجريب في ألمانيا.

٢ ـ الدراسة الإحصائية للفروق الفردية والقياس العقلي.

٣ ـ التجريب في علم نفس الحيوان.

١ ـ حركة التجريب في ألمانيا

يمكننا أن نقول أن خطورة تطور علم النفس كعلم حقيقي قد بدأت على أيدي عدد من العلماء الألمان مثل ميز وفشنر وقد بحثا في العلاقة بين شدة الإحساسات وبين قوة المؤثر وتزايدها ووصلا إلى صياغة القانون القائل بأنه «إذا كانت شدة المؤثر تزايدت في شكل صورة متوالية هندسية فإن شدة الإحساس تتزايد في صورة متوالية حسابية». وقد أنشأ فونت أول معمل منظم لعلم النفس في مدينة ليزج بألمانيا عام ١٨٧٩ وقد كان فونت أحد علماء الفسيولوجيا، وكان يجري التجارب على المؤثرات الصوتية والضوئية، ثم تطورت التجارب إلى محاولة معرفة الإحساس بهذه المؤثرات وأدى ذلك إلى التوسع في الملاحظة بحيث لم تعد قاصرة على ملاحظة ظواهر السلوك الخارجي، بل امتدت إلى ملاحظة الشخص لما يجري في نفسه من شعور بالألم أو التعب أو الارتياح... إلخ. مما يسمى بالتأمل الباطني.

وكان هدف فونت وزملائه من هذه التجارب هو تحليل الخبرات الشعورية إلى عناصرها كالإحساس والإدراك والانفعال والنزوع... إلخ. وذلك قياساً على ما كان يجري في العلوم الطبيعية من محاولة تحليل المركبات إلى عناصرها الأولية ومن ذلك يمكن أن نفهم السر في تعريف علم النفس في ذلك الوقت بأنه «علم الحياة الشعورية»، واهتمام العلماء بفكرة التحليل إلى العناصر مما أدى إلى قيام ما كان يسمى بعلم النفس

العنصري في ذلك الوقت.

٢ ـ الدراسة الإحصائية للفروق الفردية والقياس العقلي:

(أ) دراسة الوراثة وتحسين النسل في انجلترا:

كان ذلك على يد «فرنسيس جولتون» (١٨٢٢ ـ ١٩١١) الذي يعتبر الأب الحقيقي للقياس العقلي في علم النفس. وقد كان متأثراً بنظرية «دارون» صاحب نظرية التطور التي تقرر الصلة بين الإنسان والحيوان والتي تعزو الفروق بين أفراد النوع الواحد إلى الوراثة.

وكانت بحوث جولتون متجهة لمقارنة الأفراد كالتوائم والأقارب وتتبع حالات مشاهير الرجال وتقدير الفروق الفردية بين الناس في القدرات العقلية، فوضع اختبارات مختلفة للقياس العقلي كالاستفتاء الخاص بمقارنة الأشخاص في القدرة على التصور، وأخذ يجري تجاربه على الأفراد في المعمل وعلى تلاميذ المدارس ويقارب بين النتائج بالطرق الإحصائية.

وقد استعان جولتون في دراساته بعالم الإحصاء الشهير «كارل بيرسون» وكان يعمل معه في جامعة لندن، فوجه جولتون إلى استخدام طريقة معامل «الارتباط» وهي طريقة إحصائية يمكن بها تعيين مدى العلاقة الموجودة بين متغيرين مثل العلاقة بين الذكاء والتحصيل المدرسي عند مجموعة من التلاميذ.

ومعامل الارتباط عبارة عن قيمة إحصائية محصورة بين + ٢١ – ١ تدل على درجة العلاقة بين مجموعتين من القيم أو المتغيرات، فإذا كانت العلاقة بين المتغيرين علاقة طردية كاملة يكون معامل الارتباط = ١/١ + ٢١ وإذا كانت العلاقة عكسية كاملة يكون معامل الارتباط = – ٢١ وإذا كانت العلاقة منعدمة يكون معامل الارتباط = صفر.

وقد وجد جولتون أن معامل الارتباط بين ذكاء مشاهير الرجال وذكاء أفراد عائلاتهم عبارة عن كسر موجب وهذا يدل على أن عامل الوراثة له أثر كبير في الذكاء.

وقد كانت من نتائج المعاونة التي لقيها جولتون من عالم الإحصاء بيرسون الفضل في توجيه البحوث النفسية إلى الاستفادة من الطرق الإحصائية ووجدت بذلك نواة علم النفس الإحصائي.

(ب) حركة العناية بضعاف العقول في فرنسا:

كان لكل من «إيتارد» و «سيجوان» في فرنسا فضل كبير في دراسة ضعاف العقول مما أدى إلى ظهور أول مقياس للذكاء في فرنسا على يد «بينيه» في أوائل القرن العشرين. ففي أعقاب الثورة الفرنسية عثر أحد الصيادين على طفل شارد في غابة أفيرون كان يعيش في الفطرة ولا يستطيع أحد أن يتفاهم معه. وتبين فيما بعد أنه كان من ضعاف العقول. ولكن دراسته على يد كل من إيتارد وسيجوان كان مثاراً لعمل التجارب والاختبارات للتفاهم معه وقياس عقليته، وأدى ذلك إلى تطور قياس الذكاء باختبارات التأدية اليدوية غير اللفظية أي التي لا تتطلب استعمال اللغة والتي يقاس بها ذكاء ضعاف العقول والصم والأميين. وتعتبر «لوحة سيجوان» الشهيرة أول محاولة من نوعها لهذا النوع من الاختبارات، وهي عبارة عن لوحة بها عدد من الفراغات يمكن أن تملأ بقطع خشبية خارجية من أشكال هندسية مختلفة كالمستطيل والمثلث والدائرة والمربع والنجمة. ويتوقف النجاح في هذا الاختبار على السرعة وعلى قلة الأخطاء في نقل القطع إلى أماكنها الصحيحة.

ولقد كانت محاولات سيجوان الناجحة بداية لانتشار الإيمان بالقياس العقلي في فرنسا، ففي عام ١٨٩٦ نشر «بينيه» مع زميل له نتائج دراستهما للاختلافات الفردية في الوظائف العقلية مثل التذكر ـ التصور ـ التخيل ـ الانتباه ـ الفهم ـ القابلية للاستهواء ـ تقدير الجمال ـ العاطفية الخلقية ـ قوة الإرادة ـ قوة العضلات.

ولما واجهت فرنسا عام ١٩٠٤ مشكلة الأطفال المتخلفين دراسياً في المرحلة الإبتدائية كلف بينيه وزميله سيمون بدراسة المشكلة فأخرجا أول

مقياس للذكاء ظهر سنة ١٩٠٥ وكان مكوناً من ٣٠ سؤالاً متدرجة في الصعوبة تشمل:

التوافق الحسي الحركي، وبعض الأوامر البسيطة، وإعادة سلاسل الأرقام، وتعريف بعض الألفاظ، ومقارنة أطوال الخطوط، وتكميل الجمل. وفي هذا المقياس أوجد «بينيه» فكرة المستويات العقلية.

وفي عام ١٩٠٨ اشترك الاثنان في وضع هذا المقياس في صورة جديدة قسمت فيها الأسئلة إلى مجموعات، كل مجموعة لسن معينة، واستعمل هذا المقياس لتعيين العمر العقلي لأول مرة، ولكن لم يكن الحكم على الشخص بالذكاء أو بالغباء مطلقاً وإنما بالنسبة لمن هم في سنه فقط.

وحدث بعد ذلك تعديلات كثيرة للاختبار أهمها تنقيح جامعة ستانفورد الأمريكية على يد «ثرمان» سنة ١٩١٦، وتعديل «ثرمان» و «ميرل» عام ١٩٣٧.

(ج) حركة القياس العقلي في أمريكا:

يعتبر «كاتل» الرائد الأول للقياس العقلي في أمريكا. وقد كان ممن تتلمذوا على «فونت» في معمله بألمانيا. ومن تلاميذ «جولتون» أيضاً، ومنهما معاً تشبع بفكرة الظروف الفردية والقياس العقلي، فلما عاد إلى العمل بجامعة كولومبيا أخذ في تطبيق اختباراته وتجريبها. وتعتبر اختبارات «كاتل» الآتية صورة معبرة عن أنواع المقاييس العقلية التي كانت سائدة في انجلترا وألمانيا وأمريكا حتى عام ١٩٠٠ وهي:

١ ـ فوق قبضة اليد باستعمال الديناموميتر.

٢ ـ سرعة الحركة بقياس أسرع وقت يمكن فيه لليد أن تتحرك مسافة قدرها ٥٠ سم.

٣ ـ أقصر مسافة للشخص يمكن أن يدركها بين نقطتين على جلده وتعرف بتجربة تمييز النقطتين بالاستزيوميتر.

٤ ـ كمية الضغط اللازم لإحداث الإحساس بالألم على الجبهة بقطعة من الكاوتشوك.

٥ ـ أقل فرق يمكن تمييزه بين وزنين بدفعهما متعاقبين.

٦ ـ السرعة التي يرد بها الشخص على صوت معين.

٧ ـ السرعة التي يمكن للشخص أن يسمى فيها عشر عينات من أربعة ألوان مختلفة موضوعة بشكل غير مرتب.

٨ ـ درجة الدقة التي يمكن الشخص بها أن ينصف مستقيم طوله ٥٠ سم.

٩ ـ درجة الدقة التي يمكن الشخص فيها أن يعيد ثانياً أحداث فترة قدرها عشر ثوان.

١٠ ـ قياس قوة الذاكرة الصماء باستعمال مجموعة من المقاطع. وأهم ما يمكن ملاحظته على هذه الاختبارات أنها تقيس العمليات العقلية البسيطة المتصلة بالحس والحركة والإدراك والذاكرة الصماء، وهي أبسط أنواع الذاكرة.

وبذلك يمكن القول أن «كاتل» استطاع أن ينقل التجارب النفسية والاختبارات العقلية من أوربا إلى أمريكا حيث نشطت العلوم وتشعبت الدراسات حول المقاييس العقلية والتجارب النفسية مما ساعد على تقدمه كعلم.

٣ ـ تجارب علم النفس على الحيوان:

وهناك ميدان هام ساعد على صبغ الحقائق النفسية بالصبغة العلمية وهو التجريب في علم النفس على الحيوان فقد وجد علماء النفس أن من الأنسب أن تجري التجارب على الحيوان في النواحي النفسية المشتركة بين الحيوان والإنسان، والتي لا يكون الخلاف أو الفرق فيهما فرقاً في النوع بل في الدرجة فقط: مثل الإحساس والإدراك وتكوين العادات وكذلك في

التعلم والانفعال والاضطرابات النفسية، وبذلك أخذ العلماء يضعون أسئلة محدودة ويجيبون عليها بالتجريب مثل:

* في أي مرحلة من مراحل التطور يمكن الحيوان أن يتعلم شيئاً معيناً؟
* كم من الوقت يلزم لمحاولته في هذا التعلم؟
* ماذا يحدث للحيوان إذا أثير بمؤثر معين؟
* وأي مناطق المخ هي المسؤولة عن أساليب السلوك ونواحيه الإدراكية والانفعالية المختلفة؟
* وهل من الممكن إحداث المرض النفسي بطريقة تجريبية؟

وهكذا... وقد وجد العلماء في التجريب على الحيوان كثيراً من المميزات منها:

١ ـ سهولة الحصول على عدد كبير من أفراد الحيوان لعمل التجارب وتكرارها ومقارنة نتائجها.

٢ ـ إن دورة حياة الحيوان قصيرة إذا قيست بدورة حياة الإنسان ولذا فمن السهل إجراء التجارب على أكثر من جيل واحد من الحيوان وتتبع نتائجها ومقارنتها بما يتعذر عمله في الإنسان الذي تطول مدة طفولته ودورة حياته.

٣ ـ وعلاوة على ذلك فهناك ظروف إنسانية واجتماعية تجعل من اليسير إجراء التجارب على الحيوان خصوصاً إذا كان فيها خطورة على حياته فليس من الإنسانية في شيء أن تجري مثل هذه التجارب الخطرة على الإنسان ومن أمثلة تلك التجارب ما تحتاج إلى جراحة في المخ أو تعريض الفرد لصدمة عصبية لمعرفة نتائج ذلك... وهكذا.

٤ ـ إن التجارب التي تجري على الحيوان تكون نتائجها أكثر ثباتاً وصحة من التجارب التي تجري على الإنسان وذلك لأن الحيوان أكثر طاعة وأقل مقاومة من الإنسان، كما أن العوامل التي تؤثر في تصرفات الإنسان

وبالأخص العوامل النفسية الداخلية تؤثر في نتائج التجارب بينما تجارب الحيوان تتأثر فقط بالعوامل الخارجية التي يمكن التحكم فيها.

٥ ـ إن تشابه الأفراد من النوع الواحد في سن معين في الحيوان يجعل من الممكن عمل تجارب مقارنة على أعداد كبيرة متشابهة من الحيوانات في حين أن الفروق الفردية واسعة جداً بين بني الإنسان مما يجعل النتائج متغيرة بسبب هذه الاختلافات.

ومن أهم من كان لهم الفضل في إجراء التجارب على الحيوان «بافلوف» الروسي الذي كان يجري التجارب على الكلاب لدراسة الفعل المنعكس الشرطي و «كهار» الذي كان يجري تجاربه على القرود في دراسة التفكير والتعلم و «ماسرمان» الذي أجرى تجاربه على القطط في قياس الانفعالات وآثار الصدمات النفسية، ثم «كاتز» الذي أجرى كثيراً من التجارب على الدجاج والطيور وغيرها لدراسة عوامل الإدراك، وغير ذلك كثيرون.

رابعاً ـ تشعب المذاهب ومدارس علم النفس:

مر علم النفس في مرحلة هامة من مراحل تطوره ظهرت بوضوح شديد في الربع الأول من القرن العشرين حيث ظهرت اتجاهات ومذاهب متعددة كل منها له وجهة نظره من حيث النواحي التي يركز فيها الاهتمام. ومن حيث الطرق التي تتبع في الدراسة، ومن حيث النظريات التي اتخذت لتفسير السلوك.

ومن أهم هذه المذاهب: المدرسة التكوينية، والمدرسة الوظيفية، والمدرسة الترابطية، والمدرسة السلوكية، ومدرسة الجشتالت، ومدرسة التحليل النفسي، والمدرسة الغرضية.

ولكي نفهم الأسس التي بنيت عليها تلك المذاهب يجدر بنا أن نصف الاتجاهات التي كانت سائدة في دراسة علم النفس حتى عام ١٩٠٠ . ومن أهم هذه الاتجاهات البحث في علاقة الجسم بالعقل مما عرف بالعلاقة الثنائية.

وقد تشعب الفلاسفة في آرائهم عن هذه الثنائية، فمنهم من قال بأن النشاط الجسمي آلي، وأما النشاط العقلي فيختلف عنه من حيث ما يميزه من قدرة على التوجيه نحو أغراض معينة، ومع ذلك فهناك دائماً تفاعل مستمر بين الجسم والعقل ويمكن أن نسمي هؤلاء أصحاب نظرية (التفاعل بين الجسم والعقل).

ومنهم من اعتبر النشاط الجسمي مستقلاً تماماً عن النشاط العقلي بحيث أن كلاً منهما له تحركاته وارتباطاته، وكل ما هنالك هو أن النشاطين يسيران معاً جنباً إلى جنب في خطين متوازيين، فالعلاقة بين الجسم والعقل إذن علاقة توازي من غير أن يكون هناك تداخل أو تفاعل بينهما ويمكن أن نسمي هؤلاء أصحاب نظرية (التوازي بين الجسم والعقل).

ومن أهم الاتجاهات التي أثرت في تطور مذاهب علم النفس أيضاً الاهتمام بظاهرة المعرفة وما يرتبط بها من الناحية الحسية والفكرية من إدراك وتصور وتخيل مما يبدو واضحاً في فلسفته «جون لوك» و «هارتلي» و «هيوم» ومن تبعهم من العلماء، حيث تركز البحث حول الخبرات والمدركات العقلية وهل هي موروثة أو مكتسبة؟ فقال «لوك» بأن العقل يكون صحيفة بيضاء عند الولادة ثم تملأ هذه الصحيفة بالخبرات المكتسبة بالتدريج عن طريق الحواس التي تعتبر أبواب المعرفة.

وتبع ذلك التفكير في دراسة الإحساسات وكيف ينتظم تكوينها في العقل مما أدى إلى ظهور فكرة تحليل الخبرات العقلية إلى عناصرها الجزئية الممكن ردها إلى أنواع الإحساسات المختلفة، وقد سادت هذه النظرية العنصرية الأولية.

ولهذا يشار إلى هذا المذهب أحياناً باسم «مذهب الكيمياء العقلية».

وكان من الطبيعي أن يتطور البحث في فكرة ترابط هذه العناصر إلى المركبات العقلية والخبرات المعقدة. ثم القوانين التي يفسر بها هذا الترابط وأنواع هذه القوانين مما شغل العلماء والباحثين أمثال «جون مل»

و «هربارت» الذي أثرت آراؤه «الترابطية» في نظرياته في التربية وطرق التدريس.

وفيما يلي فكرة سريعة عن أهم مدارس علم النفس:

١ ـ المدرسة التكوينية:

قامت هذه المدرسة في ألمانيا على يد «فونت» الذي كان عالماً من علماء الفسيولوجيا. وبدأت في بحث الظواهر النفسية بالطريق التجريبي. وفي أمريكا كان «تنشر» خير ممثل لهذه المدرسة.

وأهم ما يميز تفكير أصحاب هذا المذهب أنهم لم يعنوا بالسلوك الظاهري بقدر ما كانوا يعنون بتحليل الخبرات الشعورية. وكانوا يعتقدون أن الحالات العقلية كالإحساسات والصور الذهنية والمشاعر الانفعالية هي التي تكون العقل الشعوري... ويرون أن الطريقة المثلى لإثبات ذلك هي طريقة التأمل الباطني. وقد ساعد على انتشار هذه النظرية التكوينية ما كان يجري في العلوم الطبيعية من تحليل المركبات إلى مكوناتها كما يحدث في التحليل الكيمياوي إلى العناصر الأولية البسيطة مما كان يعرف باسم «الكيمياء العقلية».

وقد كان لهذه المدرسة فضل كبير في تطور علم النفس إلى علم تجريبي مما ساعد على انفصاله من الفلسفة.

٢ ـ المدرسة الوظيفية:

لم يقبل بعض العلماء اعتبار الحياة العقلية مجرد عناصر ووحدات متجمعة ومتراصة مع بعضها. فلا يكفي ذلك لتفسير الحيوية والنشاط والتغير الذي يميز الحياة العقلية، فقام «جون ديوي» بأمريكا يؤكد أن علم النفس يجب أن يتجه إلى بحث الحياة العقلية من الناحية الوظيفية وهي التكيف مع البيئة مع ما يقتضيه ذلك من تعلم وتحسين لأساليب السلوك.

ولقد كان لهذه المدرسة أثرها في تطور أساليب التربية والتعليم التي

اهتمت بالفاعلية والنشاط، ونظرت إلى المعلومات الدراسية المكتسبة لا من حيث كميتها ومقدارها وما يتجمع منها في ذهن التلميذ، ولكن من حيث أهميتها في تحسين السلوك وتنشيط النقل واكتساب الاتجاهات التي تساعد على حسن التصرف.

وممن اهتموا بهذه الاتجاهات أيضاً «وودورت» الذي أكد أهمية العلاقة بين المتغيرات المختلفة والرد عليها من حيث قيمتها في توجيه السلوك وملاءمته للمواقف.

وأهم ما يتضمنه هذا المذهب الاهتمام بالتفاعل الذي يحدث بين الكائن الحي وبين البيئة المادية والاجتماعية التي يعيش فيها، وما يتطلبه ذلك من كفاح عقلي للتغلب على مشكلات الحياة والوسط الذي يعيش فيه الكائن الحي.

ويمكن القول بأن المدرسة الوظيفية قامت لتكميل المدرسة التكوينية بحيث تلاقي أهم عيوبها: وهي ما توحي به من جمود وآلية للحياة العقلية إذا نظرنا إليها من الوجهة التكوينية الشكلية وحدها.

٣ ـ المدرسة الترابطية:

قامت هذه المدرسة في انجلترا لتفسير السلوك باعتباره سلسلة متصلة من العمليات العقلية المترابطة التي يحدث بعضها في أثر بعض، ويرجع أصلها إلى تفسير علماء الفسيولوجيا للتصرفات الحسية والحركية باعتبارها سلسلة من التوصيلات المتلاحقة التي تنتقل في أجزاء الجهاز العصبي وأجهزة الحس والحركة.

وكان من أهم الباحثين من أنصار هذه المدرسة «مل» و«براون» اللذين وضعا قوانين الترابط للعمليات والمحتويات العقلية التي من أهمها:

قانون الترابط بالاقتران: ويقول بأن حدوث شيئين في آن واحد أو مكان واحد يوجد في الذهن آثاراً يترتب عليها استدعاء أحدهما إذا أثير الآخر. والاقتران اقترانان. أحدهما اقتران بالمكان والآخر بالزمان، فأنت

إذا ذكرت مثلاً ميدان رمسيس ذكرت فوراً ميدان السكة الحديد. والاقتران يمكن إعادته كله إلى الاقتران في الزمان لأن الشيئين لا يمكن أن يقترنا في المكان إلا إذا اقترنا بالزمان.

وكذلك قانون التشابه وقانون التضاد وغير ذلك من القوانين الثانوية وقال علماء النفس الربطي إن الشبيه يدعو الشبيه، والضد يذكر وأن التشابه يشمل التضاد بمعنى أن الشيئين لا يمكن أن يكونا ضدين إلا إذا كانا من نوع واحد أو كان بينهما صفات مشتركة، فالليل والنهار زمانان والأبيض والأسود لونان فهذا التشابه والتضاد هما في الواقع نوع من الاقتران.

والمهم في هذا المذهب أنه يعتبر الحياة العقلية ليست عناصر مستقلة وإنما تقوم التصرفات العقلية على أساس ما يحدث من ترابط بين المكونات العقلية، سواء كانت هذه المكونات أفكاراً أو صوراً ذهنية وسواء كانت تصرفات حسية أو حركية.. وقد ساعدت هذه النظرية على تفسير عمليات التذكر والحفظ والتعلم وتكوين العادات وغير ذلك مما يعتمد على تكوين العلاقات بين الخبرات العقلية والمثيرات المختلفة أو بين الفرد والبيئة.

ويمكن اعتبار هذه المدرسة مكملة للمذاهب العنصرية والتكوينية والوظيفية أيضاً، كما أنها قد اتخذت أساساً للمدارس الأخرى مثل المدارس السلوكية ومدارس التحليل النفسي.

٤ ـ المدرسة السلوكية:

ويرى أصحابها أو آراء المدرسة التكوينية والوظيفية لا تكفي لتفسير السلوك من حيث الاعتماد على طريقة التأمل الباطني وحدها. ويقول السلوكيون بأن الحياة النفسية لا يمكن دراستها بمجرد تحليل الحياة الشعورية خصوصاً وأن من الصعب علينا أن نعرف ما يجري في نفوس الآخرين، وإذن لا بد من الاعتماد على «ملاحظة السلوك الظاهري» والدراسة الموضوعية لتصرفات الكائن الحي كما تبدو لنا.

ويعتبر «ثورنديك» و «واطسون» و «بافلوف» من أهم زعماء المدرسة السلوكية الذين وجهوا البحوث النفسية إلى التجريب والملاحظة لما يحدث من ظواهر نفسية، ولذا اعتمدوا في كثير من آرائهم على التجارب التي تجري على الحيوان كتجارب التعلم وتجارب الإدراك.

وقد فسر أصحاب هذه المدرسة كل الظواهر النفسية على أساس ما يبدو من السلوك الظاهري، وعرفوا علم النفس بأنه «علم دراسة السلوك».

وقد بالغ بعضهم في تفسير السلوك على أساس كونه سلسلة من الأفعال المنعكسة وما يحدث لهذه الأفعال من ترابطات، مما استدعى توجيه النقد إلى هذه الآراء لاتصافها بالجمود والآلية. ولتجاهلها الكثير مما يحدث من تفاعلات نفسية صرفة قد لا تظهر فيما نلاحظه على التغير من سلوك ظاهري.

٥ ـ مدرسة الجشتالت:

ظهرت هذه المدرسة في ألمانيا في أوائل هذا القرن، وكلمة جشتالت معناها تكوين كلي أو تنظيم عام ـ وتقوم هذه المدرسة على أساس اعتبار السلوك وحدة كلية وليست مجرد أجزاء مترابطة ومتصلة ببعضها في تسلسل آلي، وتعتبر هذه المدرسة أن الكل أكثر من مجرد مجموع مكوناته وأن أي تغير في الجزء ينبه تغير في الكل العام ـ وقد قامت نظرية الجشتالت بثورة على آراء المدرسة التكوينية والوظيفية والسلوكية التي تعتبر أن العقل أو السلوك يمكن النظر إليه كما كان مكوناً من عناصر جزئية منفصلة عن بعضها ومتجمعة بشكل يمكن تحليله. فكما أن المنزل يعتبر أكثر من مجرد مجموعة من قوالب الطوب المتراصة، فكذلك الخبرات النفسية ليست مجرد إحساسات ومشاعر وصور ذهنية متراصة بجانب بعضها.

وقد استمدت مدرسة الجشتالت بعض آرائها من العلوم الطبيعية كاعتبار الكائن الحي يعيش في مجال من القوى المؤثرة عليه والتي ينبعث

بعضها منه وبعضها من البيئة فتشكل أسلوب السلوك.

وأهم مؤسسي هذه المدرسة «ورثيمو» وتبعه «كهار» و «كهكا» و «لفين» وكلهم من الألمان. وقد كان لتجاربهم وبحوثهم في الإدراك والتعلم أثر كبير في التربية وفي علم النفس التطبيقي كالنظر إلى شخصية التلميذ كوحدة، والنظر إلى حالة الشخص المصاب بمرض نفسي نظرة كلية عامة تتناول كل ظروف حياته.

٦ ـ مدرسة التحليل النفسي:

وقد قامت بقيادة «سيجموند فرويد» أخذ علماء الطب العقلي من فينا الذي وجه الاهتمام إلى الحياة اللاشعورية على اعتبار أن الكثير من دوافع السلوك لا يمكن تفسيرها على أساس شعوري فقط... وقد أكد «فرويد» أهمية الرغبات والحاجات النفسية، وما ينتابها من مقاومة وما ينشأ عن ذلك من ضغط وكبت خصوصاً في أيام الطفولة حيث تنشأ الكثير من الدوافع اللاشعورية التي تؤثر في حياة الفرد المستقبلة. وبينما أكد «فرويد» أهمية النواحي الجنسية في حياة الشخص نجد أن «أدلر» أكد أهمية الدوافع إلى السيطرة وما ينتابه من صعوبات كأساس للاضطرابات النفسية. كما أن لـ«يونج» آراء أخرى في النظر إلى الاضطرابات النفسية، واعتبرها نتيجة لتراكم المشكلات وأثر الكوارث والصدمات النفسية.

وبرغم أن نظرية التحليل النفسي بدأت في ميدان الطب وعلاج المصابين بأمراض واضطرابات نفسية، إلا أنها تطورت إلى مدرسة عامة لبحث الكثير من نواحي علم النفس للعاديين وتفسير سلوكهم.

٧ ـ المدرسة الغرضية:

وتؤكد أهمية الغرض وتحقيق السلوك لأهداف معينة مما يميز السلوك الحيوي عن الحركة الآلية لغير الأحياء. و«مكدوجل» صاحب نظرية الغرائز هو قائد المدرسة الغرضية.

ويعتبر «مكدوجل» أن سلوك الكائن الحي يبدأ بتغيير معين أو دافع أو

محرك ويهدف إلى تحقيق غرض حيوي سواء أكان الغرض واضحاً في ذهن الكائن أو غير واضح، وسواء كان غرضاً بعيداً أو غرضاً قريباً. وأغراض السلوك تتصل عادة بنواح حيوية هامة أو ذات قيمة بيولوجية ونفسية للكائن الحي.

وإذن لا يصح الإكتفاء بالنظر إلى السلوك من حيث تحليله إلى عناصره الأولية أو من حيث الناحية الوظيفية وحدها. ولكن يجب أن يعتبر السلوك وحدة ترمي إلى تحقيق أغراض معينة.

وعلى ذلك يمكن تفسير السلوك من تغير وتكيف على أساس ما يصادف الكائن الحي في تحقيق الهدف الذي يسعى إليه أو إلى تغير في النظر إلى ذلك الهدف أو إلى ظهور أهداف أخرى غير الهدف الأصلي وهكذا.

ولم ينكر «مكدوجل» أهمية أية طريقة من طرق البحث في علم النفس بل أكد أهميتها جميعاً، كما أنه لم ينكر أهمية ما في المدارس الأخرى لعلم النفس من آراء صحيحة كالنظرة إلى السلوك كوحدة كلية لا مجرد أجزاء والنظر إلى الوظيفة بجانب التكوين.

والجدول الآتي مدارس أو مذاهب علم النفس من حيث أهم موضوعاتها وطرائقها، وقادتها وتاريخها التقريبي.

المدرسة	أهم موضوعاتها	طريقتها	قادتها	التاريخ التقريبي
١ ـ التكوينية	مكونات الشعور	التأمل الباطني	فونت	١٨٧٩
٢ ـ الوظيفية	التكيف مع البيئة	الملاحظة الداخلية والخارجية	ديوي . ودورث	١٨٩٨
٣ ـ الترابطية	التداعي والتذكر	التجريب والتأمل	مل ، براون	١٨٩٥
٤ ـ السلوكية	الفعل المعكس وسلوك الحيوان	الملاحظة الخارجية	واطون ، بافلوف	١٩١٢
٥ ـ الجشتالت	الإدراك والتذكير	الملاحظة والتجريبية والتأمل	ووثمر .كهلر.كفكا	١٩٢١
٦ ـ التحليل النفسي	الاضطراب النفسي	البحث الإكلينيكي	فرويد أدلر ونج هورنتي	١٩٠٠
٧ ـ الغرضية	الغرائز	الملاحظة والتجريب والتأمل	مكدوجل	١٩٠٨

تعاريف علم النفس

الآن وبعد أن عرفنا شيئاً عن موضوعات علم النفس ومباحثه يمكن أن نبحث في التعاريف التي ذكرها بعض الباحثين في هذا العلم، وهي متمشية في تطورها مع تطوره وتقدم دراساته.

ففي أيام فلاسفة الإغريق ـ كما سبق أن ذكرنا ـ كان التعريف السائد لعلم النفس هو «علم الروح» والروح هي مصدر سلوك الكائنات الحية.

وفي العصور الوسطى اهتم علماء الدين بالروح، واهتم الفلاسفة بالعقل، وبالتالي استبدلت لفظة «الروح» بكلمة «العقل» فأصبح علم النفس عند الفلاسفة هو «علم العقل» أي علم دراسة الحياة العقلية.

وعندما بدأ علم النفس يستقل عن الفلسفة ويأخذ طريقه كعلم اتخذ التعريف صورة أكثر دقة كما في قول «فونت» عام ١٨٩٢ «علم النفس هو العلم الذي يبحث فيما يسمى بالحياة العقلية الداخلية» أي العلم الذي يختص ببحث المشاعر والإحساسات الداخلية، تمييزاً له عن العلوم الطبيعية التي تبحث الخبرات الخارجية المحيطة بالكائن الحي. ويشبه ذلك تعريف علم النفس بأنه «العلم الذي يبحث في الحياة الشعورية» وبهذا تحول علم النفس من علم العقل إلى علم الشعور.

ولكن هذا التعريف قد رفضه علماء التحليل النفسي الذين يرون أن الحياة النفسية تشمل الشعور واللاشعور معاً، وأن اللاشعور أقوى أثراً في حياة الإنسان، وإذن فتعريف علم النفس بأنه علم الشعور يعتبر تعريفاً جزئياً وظهر تعريف أشمل وهو: «علم النفس هو علم الحياة العقلية الشعورية واللاشعورية».

وفي عام ١٩٠٨ عرف «مكدوجل» علم النفس بأنه العلم الإيجابي الذي يبحث السلوك العقلي بجميع مظاهره ووسائل عمله أي أنه «العلم الإيجابي لدراسة السلوك» وقد تمسك علماء النفس من مدرسة السلوكيين بأهمية السلوك الخارجي، فظل علم النفس يعرف بأنه علم «دراسة

السلوك» مدة طويلة.

وهناك تعاريف أخرى مثل تعريف «وودورث» سنة ١٩١١ القائل بأنه العلم الذي يبحث في نشاط الكائن الحي وأن هذا النشاط يتضمن النشاط الحركي والإدراكي والوجداني. ولكنه فسر هذا التعريف فيما بعد بقوله إن علم النفس هو: «علم الدراسة العلمية لنشاط الفرد في مجموعة كما هو وعلى حقيقته أثناء تعامله مع غيره من الأفراد ومع المجتمع كله».

ثم تطورت النظرة إلى علم النفس فأصبح يعرف كما يقول «من» بأنه «العلم الذي يبحث في أساليب التكيف الكلي للكائن الحي مع البيئة التي يعيش فيها».

والتعريف الكامل لعلم النفس يجب أن يأخذ في الاعتبار أموراً كثيرة منها: أنه يعتمد على طريقة الأسلوب العلمي في بحوثه، وأنه يدرس الظواهر النفسية على حقيقتها من غير التعريض لقيمها الخاصة، وأنه يبحث علاقة الفرد بالبيئة التي يعيش فيها، وأنه علم إيجابي يعمل على المساهمة في رفع شأن الأفراد والجماعات وتحسين أساليب السلوك، وأنه يدرس حالات العاديين وحالات الشواذ أيضاً، إلى غير ذلك.

ويمكن الوصول إلى تعريف مختصر كالآتي:

«علم النفس هو العلم الذي يبحث دوافع السلوك ومظاهر الحياة العقلية الشعورية منها واللاشعورية، دراسة إيجابية موضوعية تساعد على إفساح المجال للقوى والمواهب النفسية كي تنمو وتستغل فيما يساعد على حسن التكيف مع البيئة، وما يؤدي إلى تحسين الصحة للأفراد والجماعات».

٤ ـ علم النفس الحديث

فروعه وميادينه، وعلاقته بالعلوم الأخرى

فروع علم النفس

عرفنا في الفصل السابق كيف تطور علم النفس من فرع للفلسفة إلى علم قائم بذاته يعتمد على التجريب والقياس، وأشرنا إلى المرحلة الهامة التي مر بها في الربع الأول من القرن العشرين، وهي مرحلة تشعب الآراء واختلاف وجهات النظر بين الباحثين في علم النفس، حيث تفرقوا شيعاً وأحزاباً كل له نظرياته والنواحي التي يؤكدها ويهتم بها. فمنهم من اهتم بالسلوك الظاهري ومنهم من اهتم بتحليل الحياة الشعورية، ومنهم من أكد أهمية السلوك كوحدة كلية. . . وهكذا.

واليوم لم يعد هناك مثل هـذا التحزب، بـل اتجه علماء النفس إلى مرحلة وفرت عليهم الخلاف في الرأي، وهي مرحلة التخصص في فروع علم النفس المختلفة. ولذا نجد الاهتمام اليوم بالبحث في علم النفس قد اتخذ مظهراً يتفق مع التـطور، وهو التعمق في ناحية معينـة من نواحي البحث في الحياة النفسية، ولهذا نجد أنه بينما كـانت بعض الكتب التي ظهرت في الربع الأول من القرن العشرين تتناول مدارس علم النفس أو دراسة مقارنة بين بعض المدارس أصبحنا نجد كتب علم النفس الحديث تتناول فروع العلم وميادينه المختلفة فهذا كتاب في علم النفس التعليمي، وهـذا كتاب في علم نفس الحيـوان وهـذا كتـاب آخـر في علم النفس الصناعي، وهذا كتاب يبحث في نفسية الأطفـال، وآخر يبحث نفسيـة

.لك، كما نجد بحوثاً في علم النفس المقارن الذي يقارن
وسلوك البنات، أو يقارن بين سلوك الأجناس المختلفة.

كن أن نلخص فروع علم النفس فيما يأتي:
ـ علم النفس البحت أو النظري وهو الذي يبحث الحقائق النفسية
، علم النفس ـ وذلك تميزاً له عن علم النفس التطبيقي.
ا ـ علم نفس الحيوان الذي يركز البحث في التجريب على الحيوان بما يلقي الضوء على فهم نفسية الإنسان ـ وذلك تمييزاً له عن علم نفس الإنسان.

٣ ـ علم نفس الطفولة الذي يحدد الخصائص السلوكية ومشاكل الطفولة في كل مرحلة من مراحل النمو ـ وذلك تمييزاً له عن علم نفس الكبار.

٤ ـ علم النفس الفردي الذي يركز البحث في دراسة شخصية الفرد ـ وذلك تمييزاً له عن علم النفس الإجتماعي الذي يبحث نفسية الجماعات والسلوك الجمعي.

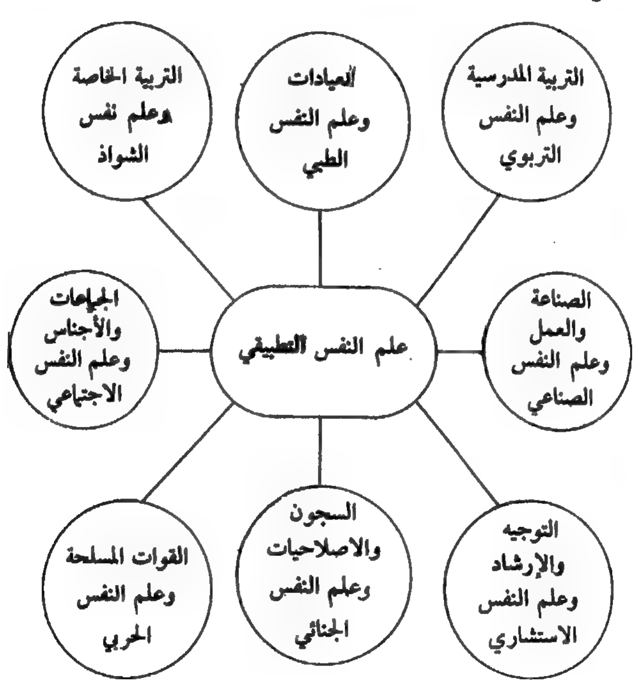
٥ ـ علم نفس العاديين ـ وذلك تمييزاً له عن علم نفس الشواذ. وهناك تفرعات أخرى لبعض هذه الفروع فمثلاً علم نفس الشواذ يشمل علم نفس العباقرة وعلم النفس الخاص بضعاف العقول.

ميادين علم النفس التطبيقي

بعد أن استعرضنا أهم فروع علم النفس يهمنا أن نبين أهمية هذا العلم في شتى مجالات الحياة، حيث لم يحرز أي علم من العلوم إهتماماً كالذي حققه علم النفس في مجتمعنا المعاصر، هذا الاهتمام ينعكس في استخدام تطبيقات هذا العلم ونتائج بحوثه في ميادين متعددة لتعدد نواحي نشاط الإنسان. ومن أهم هذه الميادين التطبيقية ما يلي:

علم النفس الطبي ـ علم النفس التربوي ـ علم النفس الصناعي ـ علم النفس التجاري ـ علم النفس الاستشاري ـ علم النفس المهني ـ علم النفس الحربي ـ علم النفس الجنائي علم النفس الاجتماعي . . . وهكذا.

وفيما يلي توضيح لأهم ميادين علم النفس التطبيقي في الحياة المختلفة، ونظراً لأهمية كل منها سنحاول أن نوضح النواحي التي يتناولها كل واحد منها.



أولاً ـ علم النفس الطبي:

يجمع بين دراسة الطب ودراسة علم النفس وتطبيقاته في ميدان الصحة العقلية، وكان معروفاً في أوائل القرن الماضي أن مرضى العقول ما هم إلا أفراد ركبهم الجن أو أنهم متصلون بالأرواح الشريرة أو غير ذلك من التفسيرات البدائية، وكثيراً ما كان المصابون بالجنون يودعون السجون جنباً إلى جنب مع الخطرين والقتلة السفاحين، وكانت معاملتهم قائمة على الضرب والأذى بقصد إضعافهم ليسهل إخضاعهم وقيادتهم.

وقد كانت الأمراض العقلية في الماضي تعالج بأساليب خرافية باعتبار أنها آثار من الشيطان أو عصيان متعمد من المريض، ولذا كانت تعالج بالتعذيب والحبس في غرف مظلمة، وكان أهل المريض يعتبرون المريض بمرض عقلي نوعاً من العار وكانوا يخفونه عن الغير.

ولكن «بنيال» الفرنسي كان أول من اعتبر المجانين نوعاً من المرضى وليس عليهم أي نشاط من قوى خفية أو ما أشبه... ولذا عندما عين مديراً للمستشفى العقلية بباريس كان أول عمل قام به هو تحطيم الأغلال الحديدية ومحاولة دراسة المرضى وتصنيفهم حسب نوع المرض المصابين به.

وقد لعب التنويم المغناطيسي دوره في لفت نظر العلماء إلى هذه الأنواع من الأمراض ففي سنة ١٧٦٦ أعلن «مزمر» الطبيب النمسوي في فيينا قدرته على علاج بعض هذه الأمراض باستعمال «المغناطيس» ثم تبين فيما بعد أن المغناطيس في ذاته ليس مهماً، ولكن التأثير النفسي من شخصية المعالج هو المهم.

ثم جاء «تشاركوت» الفرنسي ووجد أن الأشخاص عند تنويمهم تنويماً مغناطيسياً يصبحون في حالة يسهل فيها التأثير عليهم، بحيث يصح أن تظهر عليهم أعراض مشابهة للأعراض التي تظهر على المرضى بالأمراض النفسية كالهستريا مثلاً كأن يصاب الشخص بالشلل الجزئي كوقوف حركة الذراع وهكذا.

فادى ذلك إلى الاعتقاد بأن التنويم المغناطيسي له علاقة بالهستريا.

ثم تابع العلماء دراسة حالات المرضى فوضعوا النظريات التي تفسر أسباب الأمراض النفسية وطرق علاجها. وممن يرجع إليهم الفضل في تقدم علم النفس في هذه الناحية «جانيت» ثم «فرويد» الذي اهتم بفكرة اللاشعور أو العقل الباطني وأهمية كبت الرغبات النفسية في الصغر وكذلك «أدلر» و «يونج» و «هورني» وغيرهم.

وكان نتيجة تقدم الوعي العلمي في الوقت الحاضر أن أصبح ينظر إلى الأمراض النفسية والعقلية نظرة عادية شأنها في ذلك شأن الأمراض الجسمية، لأن أي شخص معرض لأي مرض جسمي أو عقلي، ولا ذنب للمريض في مرضه في حالات كثيرة ومن ثم لا يصلح أن يوجد الشعور بالعار، ولا يصح إخفاء حالات هذه الأمراض بل من الواجب الكشف عنها مبكراً والمبادرة بعلاجها.

ولا يصح أن يفهم أن علم النفس الطبي يبحث حالات الجنون فقط بل إنه يبحث أيضا الكثير من حالات العاديين.

- ومن أهم النواحي التي يبحثها علم النفس الطبي ما يأتي:

١ - دراسة العوامل النفسية التي تصاحب الأمراض الجسمية وكذا الأعراض الجسمية التي تتسبب من الحالات النفسية.

٢ - دراسة الآثار النفسية للإرهاق وعدم الراحة مما يسمى بسيكلوجية التعب والملل.

٣ - يبحث علم النفس الطبي أيضاً حالات الضعف العقلي بأنواعها المختلفة وكذا حالات الشذوذ الأخرى التي تكون لها أسس نفسية.

٤ - يبحث علم النفس الطبي الاضطرابات والمشكلات النفسية التي يتعرض لها الأطفال مثل حالات التبول اللاإرادي.

٥ - يبحث علم النفس الطبي حالات القلق والتوتر والصراع النفسي

والهستريا والوساوس وحالات الشذوذ الجنسي وغيرها.

٦ ـ يبحث علم النفس الطبي الأمراض العقلية كحالات الفصام والهوس والإكتئاب والبارانويا.

٧ ـ أفاد علم النفس الطبي في مساعدة وتأهيل المرضى بمشافي الأمراض النفسية والعقلية.

٨ ـ أفاد علم النفس الطبي في دراسة الأعراض المرضية التي يتبين عدم تكيف الفرد واختلال صحته النفسية.

٩ ـ ولم تقتصر دراسة علم النفس الطبي للأمراض العقلية والنفسية والعصبية وغيرها من حيث التشخيص فقط بل أيضاً من حيث العلاج.

١٠ ـ أفاد علم النفس الطبي في الوقاية من الاضطرابات النفسية وكل ما يتصل بالصحة النفسية.

ثانياً ـ علم النفس التربوي:

هو تطبيق نتائج البحث ونظريات علم النفس في ميدان التربية والتعليم، فوظيفة المدرسة تقوم على تهيئة الظروف الملائمة لكي ينشأ الأطفال في جو يضمن لهم نمو شخصياتهم من جميع نواحيها الجسمية العقلية والخلقية والاجتماعية، ولم يعد القصد من المدرسة مجرد تلقين التلاميذ المعلومات المعرفية كما عهدناها في مواد الدراسة المعتادة بل أن عملية التربية أشمل من ذلك، إذ تتناول اكتشاف مواهب الأطفال وميولهم وتوجيههم إلى خير ما يضمن لهم النمو المتزن لكي ينشأوا مواطنين صالحين.

وتفيدنا دراسة علم النفس التربوي في النواحي الآتية:

١ ـ معرفة خصائص نمو الطفل وصفاته المميزة في كل مرحلة من مراحل نموه، والإفادة من هذه الخصائص في وضع البرامج والمناهج الملائمة له بحيث لا يحمل الطفل ما لا يطيق، وبحيث يعطى الأنواع

المختلفة من الخبرات التعليمية في الوقت المناسب عندما نضمن نضجه الكامن الذي يمكنه من فهم واستيعاب ما نريد أن نعلمه له.

٢ ـ ويفيدنا علم النفس التربوي في التعرف على دوافع سلوك الأطفال ووسائل تحسين إقبالهم على الدروس بشوق ورغبة، بعد أن كان الأمر في الماضي يعتمد على العقاب والقسوة والإجبار الذي لا يأتي إلا بنتائج عكسية في أغلب الأحيان.

٣ ـ ويفيدنا علم النفس التربوي في تنظيم العمل المدرسي من حيث تنظيم مواعيد العمل والراحة بما يضمن القليل من إرهاق التلاميذ وشعورهم بالملل، كما يفيدنا في الأسس التي تقسم عليها تلاميذ الصف الواحد إلى فصول متجانسة من حيث المستوى العقلي والذكاء العام.

٤ ـ ويبحث علم النفس التربوي في الكشف عن ضعاف العقول والأغبياء، وإعطائهم ما يناسبهم من الدراسات بعد أن كانوا يوضعون جنباً إلى جنب مع الأذكياء والعباقرة مما يضيع على الجميع كثيراً من الجهد والوقت ويزيد في المشكلات المدرسية بين تلاميذ الفصل.

٥ ـ ويبحث علم النفس التربوي أيضاً مشكلات التلاميذ النفسية سواء منها ما يتعلق بالاضطرابات المزاجية أو الخلقية أو حالات التأخر الدراسي التي يعجز المدرس العادي عن تفسير أسبابها، حيث بيّن لنا علم النفس أنواع التأخر الدراسي من حيث أسبابه وعلاجه.

٦ ـ وقد عملت بحوث نفسية كثيرة في تحليل المواد المدرسية إلى جزئياتها لمعرفة القدرات العقلية التي يتطلبها تدريس كل مادة، ومستوى النضج الجسمي والعقلي اللازم لها، وقد تبين أن هناك اختلافات فردية بين التلاميذ من حيث صلاحيتهم لمتابعة الدراسة في أنواع العلوم المختلفة، فهناك من يصلحون للعلوم النظرية، وهناك من يصلحون للعلوم المهنية، وهناك أيضاً من يصلحون لمتابعة الدراسات الفنية وهكذا. ولهذا نجد أن التوجيه التعليمي لمختلف فروع التعليم وأنواع المدارس يمكن أن يقوم على

أسس صحيحة إذا لجأنا إلى البحوث النفسية في هذا الميدان.

٧ ـ ويفيد علم النفس التربوي أيضاً في تحليل العلاقات الاجتماعية بين أفراد أسرة المدرسة، والآثار النفسية الناشئة في هذه العلاقات، وانعكاسها على العمل، مثل علاقة المدرس بالتلميذ وعلاقة الناظر بالمدرّسين ويمتد هذا أيضاً إلى بحث العلاقة بين المدرسة والمنزل وتحليل العوامل الاجتماعية والنفسية التي تؤثر في سير التلميذ في المدرسة ونجاحه أو فشله في حياته التعليمية.

٨ ـ وأهم من ذلك كله يفيد علم النفس التربوي في دراسة سيكلوجية التعلم من حيث قوانينه وأنواعه ونظرياته، والعوامل التي تساعد على سرعة التعلم وتكوين العادات والاتجاهات النفسية الصالحة.

ثالثاً ـ علم النفس الصناعي:

هو تطبيق نتائج بحوث ونظريات علم النفس في الفروق الفردية والقدرات وأبحاث التعليم ومشاكل التدريب والعلاقات الإنسانية ورفع الروح المعنوية في ميادين الصناعة والعمل والعمال بما يضمن تحسين الإنتاج مع زيادة شعور العامل بالرضا والراحة النفسية في عمله. وليس أدل على أهمية علم النفس في ذلك من أن أعضاء «مجلس البحوث الطبية» في انجلترا عند بحثهم في «العلاقة بين ساعات وظروف الاستخدام وعوامل التعب وتحسين صحة العامل وأساليب زيادة الإنتاج الصناعي» إتضحت لهم أهمية بحث نفسية العامل ودراسة عوامل التعب، فتألفت لذلك لجنة دائمة لبحث عوامل التعب وأثرها في الصناعة، وقد قامت هذه اللجنة الدائمة بكثير من البحوث النفسية ولها منشورات لا زالت مرجعاً مفيداً لمن يعنى بشؤون العمال حتى الآن.

وفي عام ١٩٢٠ ازداد الاهتمام بالبحوث النفسية في الصناعة ولذا أنشأ «مايرز» المعهد الأهلي لعلم النفس الصناعي بلندن الذي يعتبر الآن أهم مركز للبحوث النفسية في علم النفس الصناعي.

وقد اهتمت أمريكا أيضاً بدراسة العوامل النفسية عند توجيه الأفراد لمختلف المهن ولذا نجد بارسون «F. Parson» قد أنشأ مركزاً للتوجيه المهني منذ عام ١٩٠٩ ومنذ ذلك الوقت اتسعت دائرة البحث في علم النفس الصناعي وانتشرت الإفادة منه في المصانع والشركات ودوائر الأعمال الحكومية والأهلية وأصبح للأخصائي في علم النفس الصناعي مركزاً هاماً في هذا الميدان.

ونحن في مجتمعنا الاشتراكي الديمقراطي الذي زاد فيه الاهتمام بالتصنيع والإنتاج أحوج مانكون إلى الإفادة من علم النفس الصناعي بما يساعد على زيادة الإنتاج والإفادة من الطاقة البشرية إلى أقصى حد ممكن، لذلك أنشأت جمهورية مصر العربية مراكز البحوث الصناعية، كما أنشأت وزارات الصناعة والكهرباء، واتجه التعليم إلى التوسع في إعداد الصناع في المدارس الفنية، وإنشاء مراكز عديدة للتدريب المهني، ولدينا الآن إدارة للكفاية الإنتاجية تطبق فيها نتائج علم النفس الصناعي.

ويمكن تلمُّس آثار علم النفس الصناعي في النواحي الآتية:ـ

١ ـ ميدان تقسيم العمل وتحليل أنواع الأعمال وجزئياتهم لمعرفة القدرات اليدوية أو العقلية التي تتطلبها، ولذا فإن تقسيم العمل وتخصص العمال في أجزاء معينة في خطوات الإنتاج تقوم على أسس الإفادة من بحوث علم النفس.

٢ ـ دراسة أوضاع وأماكن الأدوات والعدد والآلات اللازمة للعمل وأماكن الخامات المستخدمة، وترتيب أوضاعها بطريقة تيسّر تداولها بأقل جهد مما يساعد على استغلال الطاقة البشرية.

٣ ـ تحليل الوقت ومعناه الإفادة من اليوم بساعاته المختلفة بما يؤدي إلى زيادة الإنتاج من حيث تقسيم الوقت بين العمل والراحة، وتحديد أوقات العمل وأوقات الترفيه، وقد اهتم علم النفس الصناعي في هذا المجال بدراسة موضوع التعب الجسمي والعقلي وعلاقة هذا بمواعيد العمل

وكثرة الإنتاج.

٤ ـ دراسة المشكلات التي قد تعترض طريق الإنتاج مثل قلة الإضاءة أو سوء التغذية أو عدم مناسبة درجة الحرارة أو التهوية وغيرها. وقد أثبتت البحوث النفسية أن علاج مثل هذه المشكلات يؤدي إلى الارتفاع بمستوى الإنتاج.

٥ ـ ويدرس علم النفس الصناعي النشاط العقلي والحركي للعامل في كل خطوة من خطوات العمل، ويجري في ذلك التجارب الكثيرة في تغيير هذه الحركات ومبلغ إفادته من تشغيل يديه معاً، وما إلى ذلك مما يتضمن زيادة الإنتاج من غير زيادة في التعب، وبحيث نقلل ما أمكن من النشاط الزائد والحركات التي لا لزوم لها والتي تستنفد مجهوداً من العامل من غير فائدة.

٦ ـ كما يفيدنا علم النفس الصناعي في تحليل الصفات النفسية والقدرات العقلية لمختلف العمال بحيث نختار منهم أصلح الأفراد لكل نوع من أنواع المهن، ونوجه كل واحد منهم لنوع العمل الذي يتفق مع ما خلق به من استعدادات وميول طبيعية، فمن الثابت في علم النفس أن كل فرد قد هيأته الطبيعة لأنواع معينة من الأعمال بحيث ينجح إذا اشتغل بها بينما يفشل تماماً لو اتجه إلى أعمال غيرها مما لا يتفق مع استعداده.

٧ ـ ويفيدنا علم النفس الصناعي في تدريب العمال وتمرينهم على أصول المهنة وعملياتها، وفي هذا التعلم كثير من الإرشادات التي يزودنا بها علم النفس من حيث إيجاد الدوافع والحافز على التعلم، ومن حيث التشجيع والثواب وقواعد العقاب أو الحرمان التي يعامل بها الفرد أثناء هذا التعلم وغير ذلك.

٨ ـ ومن أهم الميادين التي يفيدنا فيها علم النفس الصناعي ميدان حوادث العمل وما يعرف بالتأهيل المهني لذوي العاهات والعاجزين عجزاً جزئياً حيث يوجه هؤلاء لأنواع المهن التي يستطيعون فيها أن يوجهوا

طاقتهم الحيوية من غير أن تقلل هذه العاهات من شعورهم بالرضا ومن إنتاجهم في ميدان العمل والصناعة.

٩ ـ ويفيد علم النفس الصناعي في دراسة العلاقات الاجتماعية بين العمال، وبينهم وبين أصحاب الأعمال ودراسة الجو الذي يسود المصنع أو الشركة من حيث التفاهم الودي والتعاون على الخير والعمل على ضمان الاطمئنان والاستقرار للجميع؛ فقد تبين أن للعلاقات الاجتماعية والجو الخلقي السائد في جماعة من العمال أثراً كبيراً في كمية الإنتاج والشعور بالرضا والسعادة في العمل ويدخل في ذلك اختيار القادة والرؤساء وطريقة بحث المشكلات العمالية المختلفة.

١٠ ـ ويرشدنا علم النفس الصناعي كذلك في دراسة مظاهر القلق والاضطراب، وحالات الخمول وقلة الإنتاج وحالات الميول العدوانية وعوامل الاضطراب، وكذلك الحالات النفسية المتطرفة التي تصل إلى أعراض المرض النفسي والعقلي بين العمال.

١١ ـ ويفيد علم النفس الصناعي أيضاً في دراسة الدعاية وسيكلوجية الإعلانات والأسس التي تقوم عليها لتأدية الغرض منها، كالعمل على جذب الانتباه وقوة التأثير مما يستدعي الإلمام بسيكلوجية الألوان وأهمية الإعلانات المتحركة، والإعلانات التي تبني على الأسس الغريزية الهامة وما إلى ذلك.

رابعاً ـ علم النفس التجاري:

هو تطبيق حقائق علم النفس في ميدان البيع والشراء وطرق الإعلان ويفيدنا دراسة علم النفس التجاري فيما يأتي:

١ ـ دراسة دوافع الشراء عند طبقات المستهلكين الاجتماعية والاقتصادية ويقصد بها تحديد العوامل الواجب توافرها في الموقف الشرائي ليمكن زيادة تصريف المنتجات السلعية.

٢ ـ معرفة اتجاهات الأفراد نحو السلع الاستهلاكية، والعمل على تلافي ما يضايق المستهلك وتدعيم ما يهمه ويشجعه على الشراء.

٣ ـ يفيد علم النفس التجاري بدرجة التنبؤ بموقف الأسواق من السلع أو المنتجات الجديدة.

٤ ـ يفيد علم النفس التجاري في اختيار أفراد البيع من حيث القدرات العقلية الواجب توافرها فيهم من ذكاء، وحسن تصرف، ويقظة، وانتباه ونشاط، ومهارة في فن الحديث من فهم لغوي ودقة في التعبير ووضوح النطق.

٥ ـ يفيد علم النفس التجاري في تزويد البائع بالمقومات الأساسية للبائع الناجح، وتزويده بالثقافة اللازمة بالنسبة للسلع التي يبيعها.

٦ ـ يفيد علم النفس التجاري في انتشار طرق دراسة المستهلك التي تدور حول نوع السلعة والتغيرات التي يجب أن تطرأ عليها، وتحديد سلوك المستهلك الشرائي كميوله ودوافعه وعاداته الشرائية.

٧ ـ يفيد علم النفس التجاري في الترويج المباشر للسلع والخدمات القائمة للمستهلكين، والعمل على جذب انتباه أكبر عدد من الأفراد عن طريق وسائل النشر الإعلانية من صحافة وإذاعة وتليفزيون.

خامساً ـ علم النفس الاستشاري:

إذا تأملنا التطورات الإقتصادية والإجتماعية التي حدثت في القرن العشرين لأدركنا اختلاف ظروف الحياة الآن عما كانت عليه في القرون الماضية، فالتقدم العلمي والتكنولوجي استوجب أنواعاً من التخصصات المهنية والتعليمية التي تتطلب أنواعاً خاصة من الدراسة والإعداد والتدريب، وهذه جميعها أدت إلى تشابك حاجات الأفراد، وظهور مشكلاتهم الفردية والإجتماعية.

وكان من نتائج هذه التطورات الحديثة أن ألقيت على عاتق المؤسسات

التربوية والصناعية مسؤوليات وتبعات جديدة لم تكن موجودة من قبل، وتحتم معه تعديل أهداف هذه المؤسسات، وتـطلب ذلك ظهـور حركـة سيكلوجية تربوية لمقابلة هذه التغيرات الشاملة وتلبية حاجـات المجتمع المعاصر، وسميت هذه الحركة بحركة التوجيه والإرشاد النفسي، وتمثلت في صورة خدمات نفسية تقدمها المدارس والكليات والمؤسسـات الصناعية وغيرها، وتطورت هذه الخدمات متأثرة بالنمو المضـطرد في علم النفس ونظرياته وفي حركة القياس النفسي.

والتوجيه يرمي إلى تحقيق النجاح الدراسي والمهني بالنسبة للفرد، فهو يساعد على انتقاء نوع الدراسة التي تلائمه تمهيداً للالتحاق بعمل يمكنه القيام به على أفضل وجه، وعلى نحو مشبع له ولحاجات المجتمع الذي يعيش فيه. والتوجيه كذلك يتابع الفرد في دراسته وفي عمله بقصد زيادة إمكانياته الإنتاجية وتوفير درجة أكـبر من التوافق المهني ومسـاعدتـه على التغلب على المشكلات التي تواجهه في حياته العملية.

أما الإرشاد النفسي فيهتم بالتكيف أو التوافق الشخصي والاجتماعي للأفراد ويهدف إلى العمل عـلى تحريـر طاقـاتهم النفسية وإزالـة العوائق والسدود التي تقف أمام نموهم النفسي ونضجهم الاجتماعي وبذلك يمكنهم من ممارسة حياتهم في اختلاف نواحيها على أفضل الوجوه الممكنة.

والتوجيه والإرشاد النفسي عملية فنية منظمة يحتاجها الأفراد في معظم سنوات حياتهم، ويقدمها أخصائي التوجيه والإرشاد النفسي، وتهدف إلى مساعدة الفرد على اختيار الحل الملائم للمشكلة التي يعاني منها، ووضع الخطط التي تؤدي إلى تحقيق هذا الحل والتكيف له، وهذه المساعدة تنتهي بأن تجعل الإنسان أكثر سعادة ورضاً عن نفسه وعن غيره، وأنها تقوم على أساس حرية الفرد في اختيار الحل الذي يراه، وهي حرية تقوم على أساس إدراكه وفهمه لدوافعه ورغباته واستعداداته وقدراته، كما تقوم أيضاً على أساس استفادته من جميع إمكانياته الشخصية وغير الشخصية للوصول إلى

أنسب الحلول للمشكلة سواء كانت شخصية أو اجتماعية أو دراسية أو مهنية.

ومن الممكن أن نصنف المشكلات التي يبحثها التوجيه والإرشاد النفسي على النحو التالي:

١ ـ المشكلات الاجتماعية وتشمل المشكلات المتعلقة بين الفرد وغيره وخاصة أفراد أسرته، والمشكلات المتعلقة بالنقص في أوجه النشاط الاجتماعي أو الزيادة البالغة فيه وكذلك الفشل في إيجاد أصدقاء أو المحافظة على صداقتهم وغيرها.

٢ ـ المشكلات الشخصية وتشمل المشكلات المتعلقة بالاضطرابات الانفعالية وتكوين فلسفة في الحياة، والمشكلات الصحية والجنسية وغيرها.

٣ ـ المشكلات التربوية وتشمل المشكلات المتعلقة بالتأخر الدراسي وعادات الاستذكار، واختيار نوع الدراسة وغيرها.

٤ ـ المشكلات المهنية وتشمل المشكلات المتعلقة باختيار المهنة، والتكيف للعمل، وفرص العمل المتاحة للفرد وغيرها.

٥ ـ المشكلات غير المهنية وتشمل مشكلات استخدام وقت الفراغ واختيار الهوايات وأوجه النشاط الأخرى الملائمة وغيرها.

٦ ـ المشكلات الاقتصادية وتشمل مشكلات موازنة الصرف والإيراد الشخصي، والعمل على مساعدة الفرد لنفسه وأسرته وغيرها.

سادساً ـ علم النفس المهني:

هو تطبيق حقائق علم النفس في توجيه الأفراد نحو اختيار المهن المناسبة ومساعدتهم على التكيف المهني الصحيح.

ويعمل علم النفس المهني في إطار مبدأين أساسيين هامين هما مبدأ الفروق الفردية، ومبدأ تنوع الفرص المهنية المفتوحة أمام الفرد الذي عليه

أن يختار من بينها، فالأفراد يختلفون فيما بينهم في النواحي الجسمية والعقلية وفي الميول والاتجاهات، كما أن المجتمع قد ارتقى وتطور، وتعددت فيه المهن والحرف تبعاً لذلك، وكلما زاد رقيه زاد تعقده وتنوعت الفرص المهنية المفتوحة أمام الشباب فضلاً عن أن تجدد المهن وتطورها يتطلب من الفرد متابعة التجديدات والتطورات في المهنة بمواصلة تجديد معلوماته عنها وتأهيل نفسه لها. وبديهي أن المهن ليست كلها واحدة فيما تتطلبه من استعدادات وقدرات وأنه لولا الفروق، ولولا تعدد الفرص المهنية، واختلاف المهن فيما بينها فيما تتطلبه من سمات معينة بالإضافة إلى التغير السريع الذي يطرأ على المهنة مما يوجب إعادة النظر في الدراسات والتدريبات المهنية ما كان الأمر يحتاج إلى التوجيه المهني.

ويفيد التوجيه المهني في النواحي الآتية:

١ ـ يفيد التوجيه المهني في مساعدة الفرد على أن يقرر بنفسه مستقبله المهني، بالاختيار الموفق الذي يؤدي إلى تكيفه مهنياً تكيفاً سليماً، فيصبح العمل مصدراً لسعادته وأمنه واستقراره وشعوره بالثقة بالنفس.

٢ ـ يفيد التوجيه المهني في تعريف الفرد باتجاهات العمل في البيئة التي يعيش فيها، وتعريفه بحاجات الشركات والمؤسسات والهيئات المختلفة إلى نوعية معينة من الأيدي العاملة، وكذلك مقدار التضخم في المهن، إن وجد، بالإضافة إلى معرفة التغيرات المحتمل حدوثها على مدى عدة سنوات مقبلة! وذلك لأن ظروف العمل تتغير من وقت لآخر فقد تزداد الحاجة إلى الأيدي العاملة في بعض التخصصات وتقل في أعمال أخرى لأن حدوث التطور الصناعي والتقدم العلمي، وظهور صناعات جديدة قد يؤدي إلى توجيه جزء كبير من القوى البشرية إلى مهن جديدة تهيئها الصناعات الحديثة.

٣ ـ يفيد التوجيه المهني في اختيار الطلاب للأقسام والشعب المختلفة في المدارس الثانوية العامة أو المدارس الثانوية الفنية أو الكليات الجامعية

التي ستؤهلهم في حياتهم المستقبلية إلى أعمال أو مهن معينة.

٤ ـ يفيد التوجيه المهني الفرد اقتصادياً وصحياً ونفسياً، فالفرد إذا لم يوجه توجيهاً سليماً في اختيار المهنة يتأثر إقتصادياً عندما يضطر إلى تغيير عمله الذي لا يناسبه، كما أنه إذا لم يلحق بمهنة تتحملها طاقته يكون أكثر عرضة للأمراض والحوادث والتعب والملل وشرود الذهن، وعدم التوافق مع المهنة.

٥ ـ يفيد التوجيه المهني في مساعدة الفرد على التعرف على ما يأتي: ـ

ـ المركز الأدبي للمهنة وأهميتها بالنسبة للمهن الأخرى.

ـ الدراسات والتدريبات المهنية اللازمة لنجاح الفرد في مهنة معينة.

ـ الشروط الواجب توافرها جسمياً وعقلياً لمن يريدون مزاولة مهنة معينة:

ـ الأجور والمرتبات ونظام الترقيات والإجازات.

ـ المميزات الخاصة لكل مهنة وكذلك الأخطار التي قد تعترض كل مهنة وعيوبها.

٦ ـيفيد التوجيه المهني في زيادة الإنتاج، وتوفير النفقات التي تتكبدها المؤسسات الصناعية في تعيين الأفراد وتدريبهم كما يفيد في تحسين العلاقات الإنسانية بين الأفراد لشعورهم بالرضا والسعادة والثقة بالنفس والروح المعنوية العالية.

سابعاً ـ علم النفس الجنائي:

يبحث علم النفس الجنائي في الجريمة، ودوافع السلوك غير الاجتماعي الذي يعاقب عليه القانون ولا يقره المجتمع والمعروف أن لكل مجتمع عاداته وتقاليده، والدستور المتعارف عليه في الحياة هو الذي ينظم حريات الناس في المجتمع ويحدد لهم الحقوق والواجبات، وما القوانين إلا وسيلة لوقاية المجتمع من هذه الانحرافات.

ويشترك علم النفس الجنائي مع القانون في دراسة الجريمة وتنظيم حياة المجتمع بما يضمن توفير الحرية والسعادة لأكبر عدد ممكن من الأفراد. ولكن هناك فرق واضح بين نظرة القانون إلى الجريمة ونظرة علم النفس الجنائي إليها، فعلم النفس يركز على الإهتمام بشخصية المجرم وتحليل دوافع الجريمة بينما نجد أن القانون يركز على الجريمة نفسها ومبلغ الضرر الناتج منها، وخطورتها من حيث آثارها على المجتمع.

والجريمة ليست سوى ظاهرة خارجية تكمن وراءها أسباب ودوافع أكثر أهمية من حيث تحليل نفسية المجرم، ولذا أخذت القوانين بالتدريج تهتم بالأخذ بوجهة نظر علم النفس في ميدان الجريمة والإجرام، فأدخلت في الإعتبار الصحة النفسية والعقلية للمجرم، ومدى إدراكه ونموه العقلي كما أفردت قوانين خاصة لمحاكمة الأحداث المذنبين.

ويمكن أن تفيدنا بحوث علم النفس الجنائي في أمور كثيرة مثل:

١ ـ النظرة إلى المجرم ونفسيته بجانب النظر إلى الذنب في ذاته ومبلغ الضرر الناتج عنه، وكذلك بحث العوامل التي تتدخل في العمل الإجرامي من تأكيد أهمية العوامل النفسية الداخلية والشخصية بجانب عوامل البيئة والأسباب الظاهرية، ثم مدى مسؤولية المذنب بحسب حالته النفسية والعقلية ومبلغ ما يتمتع به من الصحة العقلية كحالات السلوك السيكوباتي وحالات الأمراض العقلية والنفسية، ثم بحث أهمية العوامل اللاشعورية التي قد تدفع الفرد للجريمة من غير أن يشعر، كذلك البحث النفسي في حالات الأفراد من معتادي الإجرام، وغير ذلك من المشكلات مثل ذنوب الأحداث وعواملها، ومسؤولية ضعاف العقول وذوي العاهات.

٢ ـ ويفيد علم النفس الجنائي أيضاً من خطوات التحقيقات والتأكد من صحة أقوال المجرمين وذلك بالإعتماد على طرق قياس الانفعالات وتجارب التداعي واختبارات الكذب وطرق التحليل النفسي وغيرها.

٣ ـ ويفيد علم النفس الجنائي في ميدان جرائم الأحداث لأنه ينظر إليها لا من حيث كونها جرائم ولكن باعتبارها نوعاً من الذنوب والأخطاء التي في الغالب يكون لها أسباب ودوافع ترتبط بالمحيطين بالطفل وبالبيئة التي نشأ فيها أكثر مما ترتبط بالطفل نفسه، الأمر الذي يستدعي تحسين ظروف الطفل وعلاجه بدلاً من توقيع العقاب عليه. وقد تأثرت محاكم الأحداث بهذا الاتجاه، ولذا أنشئت دور ملاحظة الأحداث بقصد دراسة حالة الطفل نفسياً واجتماعياً قبل الحكم عليه.

٤ ـ وبجانب ذلك يتدخل علم النفس في أساليب العقاب والأسس التي يجب أن تقوم عليها، والاتجاه إلى دراسة المجرم وعلاج مشكلاته وتغيير النظرة الانتقامية إلى نظرة دراسية إصلاحية.

ومن هذا يتبين أن علم النفس لا غنى عنه في كل خطوة من خطوات اكتشاف الجريمة ومحاكمة المجرم ومعاملته منذ القبض عليه إلى إنتهاء مدة عقوبته أو إصلاحه، ثم تتبعه عقب خروجه إلى المجتمع ليندمج فيه كمواطن نافع.

ولأجل هذا نجد أن الأمم الراقية تهتم بإنشاء مكاتب لبحث حالات المجرمين من النواحي النفسية والاجتماعية، وتلحق هذه المكاتب بالمحاكم والإصلاحيات والسجون وخصوصاً من محاكم الأحداث حيث نجد أن العامل النفسي يحتل الأهمية الأولى في معاملاتهم وإصلاحهم.

ولا عجب إذا رأينا أن علم النفس الجنائي يدرس كمادة أساسية في كليات الحقوق والشرطة ومعاهد الإدارة للإفادة به في ميدان الجريمة والإجرام.

ثامناً ـ علم النفس الحربي:

لما كانت القوات المسلحة من أهم القوى الفعالة في الذود عن الأمم والدول فقد عني المصلحون بتدعيمها على أحدث الأساليب خصوصاً وأن القوات المسلحة يتمثل فيها جميع طبقات الشعب وعناصره المختلفة. وقد

كان للحربين العالميتين أثر كبير في الاهتمام بالإصلاح الحربي وتدعيم الجيوش بأحدث الأساليب النفسية والتربوية ولذا اهتمت الدول الكبرى بعلم النفس الحربي وبناء جيوشها على أساس الاستفادة بتعاليمه.

وقد أفاد علم النفس الحربي في نواحي كثيرة نذكر منها ما يلي:

١ ـ استبعاد الأفراد غير الصالحين للخدمة العسكرية ـ لأسباب نفسية ـ في الصفوف الأمامية في القوات المسلحة مثل حالات الضعف العقلي والمصابين باضطرابات نفسية، لأن وجود مثل هؤلاء يؤدي إلى فجوات في صفوفه الأمامية، ويمكن الإفادة من علم النفس الحربي في اكتشاف هذه الحالات وتوجيهها إلى أعمال أخرى خاصة في القوات المسلحة.

٢ ـ يفيد علم النفس الحربي في قياس القدرات العقلية والصفات المزاجية لأفراد القوات المسلحة من ضباط وجنود، وتوجيه كل منهم لنوع السلاح المناسب بما يتفق مع استعدادات وميول كل منهم، وهذا يشبه التوجيه المهني فمثلاً بعض الأفراد يصلحون في سلاح الطيران بينما يصلح الآخرون لسلاح المدفعية وهكذا...

٣ ـ دراسة أنواع الشذوذ المختلفة كعمى الألوان وضعف الإبصار وقصور الإدراك واستبعاد من لا يصلحون من هؤلاء للأعمال الحربية.

٤ ـ اكتشاف كل من لا ترجى منهم فائدة واستبعادهم قبل التدريب بحيث يوفر المجهود الضائع في إعدادهم للفنون الحربية المختلفة.

٥ ـ البحث في وسائل لدعم الروح المعنوية بين أفراد القوات المسلحة في وقت السلم والحرب. إذ أن الشعور النفسي للأفراد يؤثر كثيراً في مدى إقدامهم أو تقهقرهم كما أن تقوية الروح المعنوية وإشاعة الشعور بالنجاح والثقة في النفس يساعد على المزيد من النجاح والانتصار في حين أن إشاعة الشعور بالهزيمة يضعف الروح المعنوية ويساعد على الفشل، وفي هذا المجال أفاد علم النفس الحربي في فهم سيكلوجية الجماعات وانتقال أساليب السلوك بينها بالمحاكاة والمشاركة الوجدانية والإيحاء.

٦ ـ البحث في الصفات اللازمة للقيادة على مختلف المستويات وذلك بعقد اختبارات نفسية وغيرها لانتقاء أصلح الأفراد للمناصب القيادية حتى تضمن تنفيذ الخطط العسكرية بدون تردد أو تأجيل.

٧ ـ علاج حالات الصدمات النفسية التي تظهر في بعض أفراد القوات المحاربة ومنع انتشار حالات المرض النفسي التي تضعف القوة الحربية للجيش وذلك لحفظ الروح المعنوية في مستوى عال يساعد على تحقيق النصر.

تاسعاً ـ علم النفس الاجتماعي:

يعتبر علم النفس الاجتماعي حلقة الإتصال بين علم النفس وعلم الإجتماع. وهذه العلوم الثلاثة متداخلة ومتشابكة في موضوعاتها، ولهذا يصعب الفصل بينها ولكن يمكن التمييز بين العلوم الثلاثة بمناقشة تعريف كل منها.

فعلم النفس يركز دراسته في سلوك الأفراد، أي أن وحدة البحث في علم النفس هي شخصية الفرد، ولهذا يهتم بدراسة الدوافع النفسية للسلوك والقدرات العقلية للأفراد والعوامل التي يتأثر بها الفرد في نموه النفسي. ومع أن علم النفس يركز دراسته على شخصية الفرد إلا أنه ينتقل في بحوثه إلى دراسة الجماعة التي ينتمي إليها الفرد ولهذا يتلاقى مع علم النفس الاجتماعي وعلم الاجتماع.

أما علم الاجتماع فيركز دراسته في تصرفات الجماعة وتفاعلاتها أي أن وحدة البحث في علم الإجتماع هي الجماعة كالأسرة ومع أن علم الاجتماع يركز بحوثه على سلوك الجماعات إلا أنه يتطرق في بحثه إلى دراسة الأفراد الذين تتكون منهم الجماعة.

وعلم النفس الاجتماعي يعتبر تطبيقاً للحقائق النفسية في المجتمع، وموضوعه الأساسي هو تأثير الفرد في الجماعة على الفرد أي أنه يدرس التفاعلات السلوكية بين الأفراد والجماعات.

ونحن إذا حاولنا أن نستعرض الموضوعات التي تدخل في نطاق كل علم من هذه العلوم فسنجد تداخلاً كبيراً فيها، فمثلاً بحوث علم النفس في الإحساس والإدراك والتصور والتذكر والتفكير وكذلك العواطف والانفعالات وتكوين الخلق وغيرها لا يمكن أن نخلصها من العوامل الاجتماعية، كما أن بحوث علم الاجتماع في تكوين الأسرة والنظم الاجتماعية وأساليب تفاعل وتكوين الجماعات وما يحدث فيها من ثورات أو عقائد أو عادات أو طقوس، ومن الميل إلى الحرب أو السلم، ومن حيث التعصب أو التحرر والترابط الاجتماعي أو التفكك... إلى غير ذلك. لا يمكن أن نخلصها من أثر العامل النفسي للفرد. وهناك علوم أخرى قريبة من هذه العلوم كعلم الأجناس الذي يهتم بالعوامل الثقافية والبيئة التي تميز سكان منطقة عن غيرهم ويدرس الطقوس والنظم السائدة في المجتمعات المختلفة، وهذه أيضاً متداخلة مع علوم النفس والاجتماع وتدلنا دلالة واضحة على أنه من الصعب أن نفصل بين هذه العلوم جميعاً. ولا غرو في ذلك فموضوعها واحد وهو الإنسان.

وفيما يلي أهم موضوعات البحث في علم النفس الاجتماعي:

١ ـ السلوك الجمعي ومعناه تصرف الجماعة الذي ينتقل بين أفرادها بطريق الإيحاء والمشاركة الوجدانية والمحاكاة، وفي الإيحاء ينتقل السلوك المعرفي بين الجماعة كتأثير الخطيب في الجماهير وتقبل الناس لآراء القادة من غير مقاومة. وفي المشاركة الوجدانية ينتقل السلوك الانفعالي بين أفراد الجماعة بالتأثير كما يحدث في انتقال الضحك ومشاركة الناس في انفعالاتهم، وتعتبر المشاركة الوجدانية عنصراً هاماً في تماسك أفراد المجتمع. أما في المحاكاة فينتقل السلوك العملي أو الحركي أو التنفيذي بين أفراد المجموعة كما في حالة التصفيق أثناء الاستماع إلى أحد الخطباء أو تقليد الآخرين في التثاؤب مثلاً. ويعتبر اللعب من الميول الفطرية المرتبطة بالسلوك الجمعي في أغلب الأحيان.

٢ - يهتم علم النفس الاجتماعي بدراسة العقل الجمعي ومعناه نتائج تفكير المجموعة وهذه النتائج لا تأتي من فرد معين ولكنها خلاصة الفكر الجمعي. ومعروف أن الفكر الجمعي ليس مجرد حاصل جمع أفكار المجموعة بل إنه أقوى من ذلك لأن التفكير الجمعي يوصل إلى نتائج أكثر نضوجاً من تفكير الفرد.

كما أن فكرة القيادة الجماعية تستند على الانتفاع بالعقل الجمعي والتخلص من آثار التفكير الفردي الذي قد يتعرض إلى الانحراف.

٣ - يبحث علم النفس الاجتماعي ظاهرة القيادة والتبعية وكيفية اختيار القائد الناجح وأساليب قيادة الجماعات، كما يدرس سيكلوجية التبعية وأهمية القيادة في تحقيق أهداف الجماعة وأثر القيادة في توجيه السلوك في حالات السلم والحرب، وتبدو ظاهرة القيادة والتبعية في كل مجتمع كما في حياة الأسرة والمنظمات الاجتماعية. وهذه الظاهرة لها أهميتها في السلوك الجمعي حتى في حياة الحيوان.

٤ - يهتم علم النفس الاجتماعي بدراسة السلوك السوي والسلوك الشاذ بالنسبة لحياة الجماعة مثل حالات الانحراف الخلقي وحالات الإجرام وعوامل التفكك الاجتماعي المختلفة ويظهر هذا بوضوح في تقويم الأسرة وعلاج الأسر المتفككة، وفي مقاومة خروج الأفراد على قوانين الجماعات وما يضعه المجتمع في ذلك من نظم وقائية وعلاجية.

٥ - يدرس علم النفس الاجتماعي عدداً كبيراً من الظواهر الاجتماعية مثل حالات الإضراب والثورة والانقلابات العسكرية والسياسية، والحروب، وما ينتج عن هذه الظواهر من تغييرات اجتماعية. ومن أهم الظواهر دراسة حالات التعصب والمنافسة في المجالات الإجتماعية.

٦ - يهتم علم النفس الاجتماعي بدراسة وسائل الاتصال الجمعي وأساليب التفاهم بين أفراد الجماعة عن طريق اللغة والإشارات الحركية ووسائل نشر الثقافة كالصحافة والإذاعة والسينما والتليفزيون.

٥ ـ علاقة علم النفس بالعلوم الأخرى

١ ـ علم النفس والخدمة الاجتماعية

توجد علاقة قوية بين علم النفس والخدمة الاجتماعية كما توجد علاقة بينها وبين العلوم الإنسانية الأخرى التي تشترك في هدف واحد وهو العمل على توفير السعادة للإنسان..

وتتضح العلاقة بين علم النفس والخدمة الاجتماعية من تحليل مجالات البحث في كل منهما، فنحن نعرف أن الخدمة الإجتماعية تهدف إلى تمكين الأفراد والجماعات من أن يستغلوا قدراتهم وإمكانياتهم التي وهبهم الله إياها وأن ينتفعوا بالثروة الطبيعية والإمكانيات الاجتماعية التي تتوافر في محيط بيئتهم بما يؤدي إلى نموهم وتخفيف مشكلات حياتهم حتى يزداد شعورهم بالسعادة واستمتاعهم بنعيم الحياة. ويقتضي ذلك تمكين كل فرد من أن يعمل على إصلاح نفسه وإصلاح بيئته وتمكين كل جماعة من أن تعمل على تقوية نفسها والإسهام في النهوض بالمجتمع الأوسع الذي نعيش فيه.

أما علم النفس فيبحث دوافع السلوك واكتشاف القدرات العقلية بما يساعد على توفير السعادة للأفراد والجماعات، وإذن فكل من الخدمة الاجتماعية وعلم النفس يركز الاهتمام على التكيف السليم في البيئة عن طريق دراسة الإمكانيات الطبيعية في الفرد والجماعة.

ولكي يؤدي الأخصائي الاجتماعي مهمته على الوجه الأكمل ينبغي أن يفهم مهمته ويحيط بمسؤولياتها والعوامل المختلفة المرتبطة بها... ومن

الثابت أن العامل النفسي هو المحور الذي يركز حوله مهمة الأخصائي الاجتماعي، لأن الخدمة الاجتماعية تقوم على أساس تحليل القوى الفعالة في مجال البيئة التي ينشأ فيها الفرد أو الجماعة ومعرفة الاتجاهات النفسية والدوافع المؤثرة في السلوك ومحاولة القيام بعمل التغيرات الممكنة في هذه القوى بما يؤدي إلى المزيد من الانسجام والتوافق والشعور بالرضا والسعادة.

ومما يساعد الأخصائي الاجتماعي على تأدية رسالته أن يبدأ بمعرفة نفسه، ودراسة شخصيته ليعمل على تدريب نفسه على الاتزان الانفعالي والخلقي، ولكي يقف على خير السبل للتعامل مع الغير وكسب ثقة الناس، فيسهل عليه التأثير فيهم وتوجيههم وإثارة رغبتهم للتقدم والإصلاح.

وبجانب ذلك ينبغي له أن يدرس طباع الناس ودوافع سلوكهم حتى يستطيع أن يتعمق في بحث قضاياهم، ولا يتصرف بناء على الأغراض الظاهرية لمشكلاتهم وإنما يكون تصرفه على أساس من الفهم الحقيقي للدوافع اللاشعورية والأسباب البعيدة التي تخفى على الكثيرين منهم.

فمن الثابت في علم النفس أن المشكلات الاجتماعية وإن تشابهت في ظاهرها إلا أنها تختلف من شخص إلى آخر ومن جماعة إلى أخرى بحسب اختلاف الناس في فلسفتهم في الحياة وفي المعايير الأخلاقية والقيم الاجتماعية التي تسود في بيئاتهم.

ومن الممكن أن نلمس أهمية علم النفس في الخدمة الاجتماعية في الميادين الآتية:

٦ ـ الأمراض النفسية

إن لم يوفق الفرد إلى حل أزمته النفسية عن طريق الحيل الدفاعية المعتدلة «السوية» أصبح معرضاً للإصابة بمرض نفسي أو عقلي أو جسمي يتوقف نوعه وشكله وشدته على عوامل كثيرة منها: وراثة الفرد وتربيته في الطفولة، وما مر به من تجارب، وما كسبه من عادات وعواطف واتجاهات. في هذا الحال تكون هذه الأمراض المختلفة من قبيل المحاولات الشاذة لحل الأزمة التي استعصى حلها. وزاد على طاقة الفرد تحملها. شأنها في ذلك شأن الأمراض الجسمية الميكروبية. فكما أن الجسم يقاوم أثر الميكروب بوسائل دفاعية غير عنيفة في أول الأمر. ثم يلجأ آخر الأمر إلى وسائل عنيفة هي أعراض المرض؟ كذلك الحال حين يعجز عن الاحتفاظ بتوازنه النفسي عن طريق الحيل الدفاعية المعتدلة «السوية». فإنه يصطنع آخر الأمر وسائل أخرى شاذة لحل المشكلة النفسية، وليست هذه الوسائل الشاذة إلا حيلاً دفاعية قسرية مشتطة يبدو كثير منها في صور رمزية غامضة لا يفهم المريض أو غيره معناها ودلالتها.

ـ تعريف الأمراض النفسية

يمكن تعريف المرض النفسي بأنه اضطراب وظيفي في الشخصية يبدو في صورة أعراض جسمية ونفسية شتى منها القلق والوساوس والأفكار المسلطة والمخاوف الشاذة واضطرابات جسمية وحركية وحسية متعددة. هذا تعريف للمرض من حيث أعراضه. فإذا أردنا أن نعرفه من حيث أسبابه قلنا إنه اضطراب وظيفي ينشأ من تضافر عدة عوامل على رأسها

صراعات لاشعورية في عهد الطفولة. أما إن أردنا أن نعرفه من حيث هدفه قلنا أنه محاولة شاذة تستهدف حل أزمة نفسية، محاولة لتجنب القلق وهي محاولة قد تفلح في هدفها هذا بقدر قليل أو كبير، أو تكون محاولة غائبة لا تجدي في خفض القلق بل تزيده شدة وإصراراً.

لماء النفس أن مفهوم المرض النفسي قد انبسط
ن اضطرابات الشخصية لم تكن تدخل في نطاقه
ض الجسمية النفسية المنشأ، وكثير
عوامل الممهدة لها في عهد الطفولة
لتشابه أعراضها جميعاً بطابع القسر

تلف عن الأمراض العقلية في كثير
لعصابي يكون شاعراً بشذوذ. يتألم
عكس الذهاني الذي يعوزه هذا

من مريض إلى آخر، إلا أن أوجه
لفردية، ومن هنا أمكن تصنيفها

سي يتوقف إلى حد كبير على نوع
لتجنب القلق. وأن هذه الحيل
ريقة تربيته في الطفولة وتطبيعه
ن أهم عامل في تشكيل المرض
د في مرحلة الطفولة.

[illegible] هي الأمراض النفسية التي يقتصر عليها اصطلاح المرض النفسي عند الناس وعند كثير من أطباء النفس:

(١) الهستيريا (٢) عصاب الوسواس (٣) عصاب القلق
(٤) المخاوف الشاذة (٥) عصاب الصدمات.

أولاً: الهستيريا

لهذا المرض أعراض جسمية ونفسية لا توجد مجتمعة كلها في مريض واحد، بل في عدة صور تغلب على بعضها الأعراض النفسية.

فمن الأعراض الجسمية الشلل الهستيري والعمي أو الصم الهستيري وفقدان الحساسية للمنبهات في بعض مناطق الجسم ونوبات الإغماء المعروفة ومن الأعراض النفسية النساوة الهستيرية والتجوال النومي أي المشي أثناء النوم، والتوهان. . . علماً بأن هذه التفرقة بين الجسمي والنفسي تفرقة غير علمية، فكل نشاط جسمي هو في الوقت نفسه نشاط نفسي، وكل نشاط نفسي هو في الوقت نفسه نشاط جسمي. والإنسان وحدة نفسية جسمية إن تأثر جانب منها تأثر الجانب الآخر في الوقت نفسه ونحن نصف النشاط بأنه جسمي حين يغلب عليه المظهر الجسمي، وبأنه نفسي حين يبرز فيه الجانب النفسي.

فأما الشلل الهستيري فشلل لا ينشأ عن نزيف أو تلف في مناطق الحركة بالمخ بل شلل نفسي المصدر. فالمصاب بهذا الشلل يهب من نومه إن اندلعت النار في حجرته وهذا على عكس المصاب بشلل عصبي المصدر. ويصاب بهذا الشلل بعض الجنود في جبهة القتال.

وأما العمى الهستيري فلا ينشأ من تلف في شبكية العين أو في العصب البصري أو في المركز البصري للمخ. وهو يصيب بعض الطلبة قبيل الامتحان فيقيهم من حضوره. كذلك الصمم الهستيري فهو صمم لا ينجم عن تلف عضوي أو عصبي. بل تصاب به بعض الفتيات ممن تكثر أمهاتهن من لومهن فكأن هذا الصمم يعفيهن من سماع ما لا يحببن.

ونوبات الهستيريا غير نوبات الصرع. وتبدو في صورة تشنج وتوتر عضلي عام وسلوك غريب فيه ضحك وبكاء كسلوك المصاب بهوس خفيف

هذه النوبة موقف إنفعالي. إنها حيلة لاشعورية يستدر بها
من الغير أو يهرب من موقف مشكل، أو يجني من ورائها
ع الوالدين أو الزوج لرغبات يريد المريض تحقيقها. فنوبة
ـا التي تصيب الزوجة حين يرفض زوجها شراء فستان لها قد تحمله
ا ستجابة لما طلبت ولا تحدث هذه النوبة من العادة إلا في حضرة
آخرين، ولا يترتب عليها إصابات شديدة فلا يعض الفرد فيها لسانه أو
ينطلق بوله، ولا يعقبها إختلاط عقلي أو صداع أو غثيان.

ونسيان الهستيري يتناول في العادة الحوادث التي تسبب له الألم أو الشعور بالذنب إن تذكرها، كالأم التي تنسى كل ما يمت إلى موت إبنها بصلة على حين تستطيع أن تتذكر ما عدا ذلك من أحداث عاصرت هذه الفاجعة. كذلك ينسى بعض الجنود ذكرى هربهم من الحرب نسياناً تاماً.

والتجوال النومي الهستيري شائع بين الأطفال. إنه حلم يتجسد في حركات وهو ككل حلم له معنى ودلالة فها هو ذا ولد في العاشرة من عمره كان شديد التعلق بأمه ولا يحب أباه لقسوته عليه. وقد كان ينام مع أمه في نفس حجرتها فلما أبعد عن النوم من حجرتها أخذ يكثر من التجوال النومي نحو غرفتها ويخاطبها ويعتب عليها، ويندر أن يؤذي المتجول نفسه أو غيره.

أما التوهان، فهو أن يترك المريض منزله أو محل عمله إلى مكان أو بلد آخر يمكث فيها أياماً أو أسابيع ينتحل خلالها إسماً جديداً أو شخصية أخرى حتى ينكشف أمره أو يعود إلى منزله وقد نسي كل ما حدث له خلال هذه المرحلة الغريبة.

- الهستيريا التحولية

يرى كثير من أطباء النفس قصر الهستيري على تلك الاضطرابات الحركية والحسية التي يجني المريض من ورائها ربحاً كالهرب من موقف مادي أو معنوي عسير أو استدار عطف الناس، التنصل من تحمل تبعة،

وقد اتضح هذا فيما سبق أن سقناه من أمثلة عن العمى الهستيري الذي يصيب بعض الطلبة قبيل الامتحان، ومن الشلل الوظيفي الذي يصيب بعض الجنود في سيقانهم، أو أيديهم فيكون عذراً مقبولاً لإعفائهم من القتال دون لوم من المجتمع أو ضمائرهم. وإليك مثلاً آخر:

شاب ظل مركز اهتمام وعطف كبيرين من أفراد أسرته طوال خمسة عشر عاماً وكان يحب لعب الكرة والتفوق فيها، وقد حدث أن غيّر مدرسته إلى أخرى فإذا به لا يستطيع منافسة زملائه الجدد في هذه اللعبة مما جعله هدف لوم وتعنيف من مدربه وهدف سخرية من زملائه، وإذا به يشعر بالعجز وخيبة الأمل إلى حد بعيد، وبينما هو يلعب ذات يوم أصابته الكرة إصابة طفيفة في رأسه، وهي إصابة لم يحدث منها أذى ظاهر لكنه فقد بصره في أثرها، وقد دل الفحص الطبي على أن عينيه سليمتان وكذلك الشبكة والعصب البصري، غير أن الفحص الطبي النفسي كشف عن أن هذا المرض يجني من ورائه الشاب ربحين، أولهما استرعاء العطف إليه والإهتمام به وكف سخرية الآخرين منه، كما أنه وسيلة لإنقاذه من موقف لا يحتمله، وهو موقف الفشل في مباراة قادمة كان من المحقق أن يمنى فيها بالاخفاق.

- هدف الأعراض النفسية:

يقول «فرويد» أن كل عرض يهدف إلى إرضاء رغبة مكبوتة ويرمي إلى تحقيق غرض لا يكون الفرد شاعراً به، وإن هذا يبدو في الهستيريا أكثر منه في أي مرض نفسي آخر، بل إن هذا الغرض اللاشعوري هو ما يميز الهستيريا عن التمارض المقصود.

١ - فالعرض يحرر الفرد أولاً وقبل كل شيء في صراع نفسي لا يحتمل. واحتمال الألم الجسمي أهون بكثير من احتمال الألم النفسي. وهنا يجدر التوكيد على أن الجندي الذي يصاب بالشلل لا يخاف القنابل بقدر ما يخاف ضميره، وهو يستطيع أن يهرب بالفعل ولكنه لا يريد. فالصراع هنا

صراع نفسي داخلي وليس صراعاً خارجياً. وهنا يظهر العرض فيحسم هذا الصراع بين خوفة وشعوره بالواجب. كذلك الحال في أم أصيبت بشلل في ذراعها وهي تهم بضرب طفلها فأعفاها هذا العرض من الصراع بين عطفها عليه وبين ألم الضمير.

٢ ـ واستدرار العطف من أهم ما يستهدفه العرض الهستيري فالمرض يثير اهتمام الناس بالمريض وعطفهم عليه، على أن استدرار العطف عند الهستيري هو سبب المرض وليس نتيجة له. ويبدو هذا الغرض في كل عرض من أعراض الهستيريا التحويلية.

٣ ـ والعرض يمثل رغبة في الهرب من مسؤولية، كالصداع الذي يصيب التلميذ في صباح يوم مدرسي يخشاه لأنه لم يؤد فيه واجباته المدرسية، هذا الصداع يعفيه من الذهاب إلى المدرسة ومن الغريب أن هذا الصداع سرعان ما يزول إن سمحنا له بالبقاء في المنزل. كذلك حال الجنود الذين يصابون بالشلل، فشعورهم بالواجب يمنعهم من الهرب، لكن المرض يتيح لهم فرصة الهرب، يؤيد هذا ما يلاحظ من أن الجنود الذين يصابون بجراح شديدة لا يصابون بالهستيريا في حين يتعرض لها من يصابون بجراح خفيفة لا تكفي لإعفائهم من أهوال الحرب، بل قد يكون الخجل أو التلعثم وسيلتين لاشعوريتين لتجنب المواقف الاجتماعية.

٤ ـ وقد يكون العرض الهستيري إعتذاراً عن فشل محتمل مثل الشاب الذي أصيب بالعمى قبل مباراة الكرة، هنا يكون المرض النفسي عوناً للفرد على احترام نفسه والاحتفاظ بكبريائه، لأنه لو لم يكن مريضاً لكان عليه أن يثبت للناس صدق ما يدّعيه لنفسه من قدرة ومهارة. وهذا ما لا يقدر عليه. فالمرض يعفيه من الظهور بمظهر الفاشل، واحتمال المرض أهون من إحتمال العار.

٥ ـ والعرض قد يكون وسيلة لإرضاء حاجة الفرد إلى عقاب نفسه أي لإرضاء ضميره لأنه يحمل في أعماق نفسه رغبات ومقاصد محظورة.

والضمير كما قدمنا هو الجهاز النفسي الذي ينقذ الفرد ويعاقبه بوخز الضمير أو الشعور بالذنب «فالشلل» أو الألم الهستيري قد يكونان صورتين من صور عقاب النفس.

هذه زوجة نشأت على التدليل من طفولتها وما كادت تنجب طفلاً حتى بادرت تطلب من زوجها إستئجار مرضع لطفلها لكنه رفض وأصر على الرفض لأنه لا يستطيع، فامتثلت الزوجة في الظاهر، وما هي إلا أيام قلائل حتى أصيبت فجأة بشلل نصفي في الجانب الأيمن من جسمها. وهنا لم ير الزوج بدا من إحضار مرضع، وقد أثبت الفحص أن هذا الشلل ليس له أساس عضوي، كما شفيت الزوجة بفضل العلاج النفسي حين اتضح لها ما تخفيه من دوافع لاشعورية دفينة. ترى ما هو الربح الذي جنته الزوجة من مرضها هذا؟ إنه أكثر من ربح واحد، فبفضل مرضها أرغمت الزوج وانتقمت منه وانتصرت على عناده، كما أنها في الوقت نفسه انتزعت عطفه واهتمامه، يضاف إلى هذا أنها تخلصت من أعباء المنزل، كما كان في المرض عقاباً لها على التهرب من الإرضاع وعلى العدوان على الزواج.

مما تقدم نرى أن المرض النفسي ـ والهستيريا بوجه خاص ـ يحقق للمريض مكاسب وأرباحاً، وأنه ضريبة لا بد منها للظفر باحترام النفس وشيء من راحة البال. لذلك نرى المريض يتشبث بمرضه ويقاوم عملية العلاج النفسي.

ـ السمات النفسية للهستيري:

ربما كانت أظهر سمات الهستيري تلهفه إلى العطف واعتماده الشديد على الغير وتهربه من المسؤولية وشعوره بالعجز عن مواجهة الحياة، ومن سماته البارزة أيضاً ما يسمى «مركزية الذات» Egocentrism ويقصد بها انشغال الفرد واهتمامه الزائد بأموره ومصالحه الخاصة دون إهتمام كاف بمشاعر الآخرين وشؤونهم، ثم عجزه عن تقدير الأمور والحكم على الناس والأشياء من وجهة نظر الغير، وعن استشعار المسؤولية الاجتماعية وهذه

الظاهرة مما يتسم به خلق الطفل ولذا فالهستيري شخص فج أو هو طفل كبير.

وعدم الاستقرار الانفعالي مما يتميز به الهستيري، فهو ينتقل في سهولة وسرعة من انفعال إلى آخر، من الضحك إلى البكاء، من المرح إلى الانقباض، من التحمس إلى الفتور. وينعكس هذا التذبذب في معاملته للناس فهو غير ثابت أو مستقر في سلوكه وفي عمله وفي صلاته الاجتماعية.

والقابلية الشديدة للإيحاء من مميزات الهستيري، ويقصد بها سرعة تصديق الفرد وتقبله للآراء والأفكار دون نقد أو مناقشة خاصة إن كانت صادرة من أشخاص ذات نفوذ كالوالدين مثلاً إنها نوع من الاعتماد النفسي على أشخاص آخرين، فهي في هذه الناحية ظاهرة سوية لدى الأطفال فإن ظهرت لدى الكبار كانت دليلاً على فجاجة إنفعالية أو علامة من علامات النكوص إلى مرحلة طفلية.

ومما يتميز به المصاب بالهستيريا التحويلية عدم مبالاته بأعراض مرضه فتراه يقص عليك بالتفصيل أعراض شلله أو عماه دون أية مسحة من الانفعال، وهو إلى هذا منبسط غير منطو على نفسه، لا يستبد به القلق كما يستبد بغيره من العصابيين، وسبب ذلك في أكبر الظن أنه وجد حلاً لأزمته النفسية في أعراضه الجسمية المختلفة.

- أسباب ظهور المرض النفسي:

يندر أن تظهر أعراض الهستيريا لأول مرة في سن الكبر، بل يغلب أن يكون لها تاريخ طويل في التطور التدريجي يبدأ في عهد الطفولة الأولى فمن العوامل التي تمهد لهذا المرض الإسراف في تدليل الطفل والإكثار من إطرائه وإثابته على عمل الواجب، والإفراط في العناية به أثناء مرضه، والحرص على حمايته من أقل ضرر أو خطر، فالطفل إن حميناه دون أن يكون هناك ما يهدده أو ظللنا ننفخ فيه ونشعره بأهميته البالغة حتى أصبح يظن أنه فوق كل شيء، أو سارعنا إلى معونته على قضاء كل ما يجب عليه

عمله بحيث أصبح عاجزاً عن التفكير المستقل والعمل المستقل. هذه التربية تجعله غير قادر على تحمل مسؤوليات الحياة، شديد الحساسية لصدماتها فيما بعد.

مثل هذا الطفل إن حرم بعد ذلك من التدليل والعطف المفرط أو شعر أن الدنيا تنكره عليه، أخذ يعتصم بالهستيريا كوسيلة للتعبير عن عجزه، أو كوسيلة لاستعادة ما كان ينعم به من عطف وعناية.

فمن ظروف الطفولة التي تمهد لهذا المرض التدليل المسرف الذي يعقبه صد وإحباط، أو أن يكون الطفل الأول في أسرته لمدة عامين أو أكثر ثم يأتي الطفل الثاني في الأسرة فينزله من عرشه، أو أن يكون الذكر الوحيد بين عدة بنات، أو أن يكون آخر طفل في الأسرة مدللاً من والديه مستصغراً في عين أخوته الأكبر منه. أو أن تكون الطفلة ذات حظوة خاصة من أبيها مما يثير غيرة أمها، والعكس عند الطفل أو أن ينشأ الطفل على عين جد أو جدة يشغفان به ويتخذانه موضوعاً لإشباع عاطفتهم الوالدية التي ولت، أو أن تكون أم الطفل قد فقدت زوجها أو فقدت عطفه عليها فاتخذت من الطفل، على غير قصد شعوري منها، أداة لإشباع ميولها الحسية والعاطفية.

أما العوامل المعجلة أو المباشرة فكثيرة متنوعة منها خيبة أمل في حب أو افتقاد عطف الزوج، أو مرض جسمي يثير الحاجة إلى العطف أو مسؤوليات يشعر الفرد أنها أثقل مما يطيق، أو خبرات تثير الذعر كصدمة جبهة القتال إذ يصرخ بعض الجنود ويستغيثون بأمهاتهم من هول الموقف.

ويرى «فرويد» أن الهستيري شخص لم يجد صعوبات خلال الطورين الفمي والشرجي من نموه النفسي الجنسي، بل حدثت الصدمة والكبت العنيف في مستوى عقدة أوديب، فكان هذا الكبت عاملاً ممهداً للمرض فيما بعد. ويرى غيره أن العامل الممهد هو كبت الطفل حاجته إلى العطف والحب بما يجعله ينكر هذه الحاجة ولا يشعر بها. وهذان الرأيان لا يختلف

أحدهما عن الآخر اختلافاً جوهرياً، خاصة إن ذكرنا أن الجنسية عن فرويد تعني الحب بأسره بشقيه الحسي والعاطفي جميعاً.

ونشير أخيراً إلى أن الهستيريا أكثر شيوعاً عند النساء منها عند الرجال، لأنهن ينشأن في العادة، في حضارتنا، على تربية تحفها الحماية والرعاية أكثر منها عند الذكور.

ثانياً ـ عصاب الوسواس

الأعراض:

من أبرز الأعراض لهذا العصاب الوساوس والأفعال التكفيرية. أما الوسواس obession فهو فكرة متسلطة، أو شعور ملازم، يحاصر المريض ويضيق عليه فلا يستطيع أن يتخلص منه مهما بذل من جهد ومهما حاول إقناع نفسه بالعقل والمنطق.

فهناك أفكار وخواطر وسواسية ملازمة، كأن تستولي على الشاب فكرة أن الفتيات لا تحبه، أو أن تستبد بالفرد فكرة فحواها أنه دون غيره من الناس، أو أنه لا يصلح لشيء، أو أنه لا بد أن يكون ضحية حادثة في الطريق، أو أنه مريض بمرض معين. وقد تكون هذه الفكرة مشكلة فلسفية أو دينية فإذا به يظل يسأل نفسه «ما مصيري بعد الحياة؟» أو «لماذا خلقت؟». وقد تدور الوساوس حول موضوعات مضادة للمجتمع كضرب الناس أو اشتهاء المحارم أو قتل الأطفال والأقارب والناس جميعاً، إلى غير تلك من الخواطر والأفكار.

وهناك مشاعر وحالات وجدانية مستحوذة، كأن يستبد بالفرد الشعور بأنه آثم أو عاجز أو شعور شاذ بالخجل أو القلق أو التهيب أو الخوف من الموت أو من السكاكين أو من الوحدة إلى غير تلك من المخاوف الوسواسية التي سنعالجها فيما بعد.

ومن الأفعال القسرية يجد الفرد نفسه مرغماً على أفعال معينة تكون في الغالب ضارة أو سخيفة. وقد ينفذها بالفعل أو لا ينفذها. فمن الأفعال

التي ينفذها عد أعمدة المصابيح في الشارع، أو لمس كل شجرة يمر بها، أو عد درجات السلم كلما صعده أو أن يأتي بخلجات عصبية معينة في رأسه أو رقبته أو كتفه، أو أن يمسك بقلم ويسود حرف الفاء مثلاً كلما التقى به في جريدة يقرؤها. ومنها أن ينطق المريض بألفاظ وعبارات معينة يكررها على الدوام بين حين وآخر، أو يمضي في قضم أظفاره أو لا ينتهي من تدخين سيجارة إلا ليشعل أخرى.

ومن الأفعال التي لا ينفذها إلقاء نفسه من مكان مرتفع أو أمام الترام أو طعن نفسه بسكين أو صفع آخر على قفاه أو لطمه على وجهه.

والأفعال التكفيرية تدخل في نطاق الأفعال القسرية التي ينفذها الوسواسي وهي في العادة أفعال غير ضارة أو عدوانية كالإسراف في غسل اليدين. إنها أفعال يشعر المريض أنه مضطر إلى القيام بها ولو قاوم نفسه اشتد توتره وقلقه. وكثيراً ما تقترن بمخاوف شاذة، فالإسراف في غسل اليدين يقترن عادة بخوف شاذ من التلوث والقذارة، مما تفسره بأن هذا الاغتسال تطهير رمزي لدوافع ورغبات آثمة مكبوتة. وبذا يكون الاغتسال حيلة دفاعية للتخفف مما يعانيه المريض من شعور خفي بالإثم والذنب، أي من عقدة ذنب.

الواقع أن الأفعال التكفيرية تتخذ عادة طابع عقاب الذات كأن بالمريض حاجة ملحة إلى تعذيب نفسه. وهذه الحاجة الشاذة إلى العقاب الذاتي دليل على ضمير قاس صارم لا تهدأ شدته وضراوته إلا إذا أوقع الفرد العقاب على نفسه والواقع أن الضمير خليفة الوالدين في نفس الطفل، وكما أن الطفل المذنب لا يهدأ روعه ويزول قلقه إلا متى عاقبه أبواه، كذلك الكبير الذي يشعر أنه آثم لا يذهب قلقه وشعوره بالذنب إلا متى وقع عليه الضمير العقاب. فالأفعال التكفيرية وسائل يعاقب بها الفرد نفسه على ذنوب إرتكبها أو يخيل إليه أنه ارتكبها. لذا ترى المصابين بهذا العصاب

يميلون إلى حرمان أنفسهم من مباهج الحياة ومن الظفر بنعيم في متناول أيديهم، أو ينسجمون في الحياة وينقطعون للتنسك، أو يسرفون إسرافاً شديداً في إقامة الشعائر والعبادات، أو يجهدون أنفسهم في العمل دون جزاء.

ومن قبيل هذه الأفعال العقابية أيضاً المغالاة من مراعاة الدقة والنظام والنظافة والمواعيد وقواعد العرف مغالاة لا توسط فيها ولا هوادة ولا إعتدال. ومنها أيضاً طقوس متكررة لا معنى لها يجد المريض نفسه مجبراً على آدائها قبل أن ينام، وهي طقوس تستغرق منه وقتاً طويلاً وجهداً كبيراً، كالتأكيد مرات عدة في أن الباب مقفل،ومن أن أحداً لا يختبىء تحت السرير، ومن أن صنابير الماء والغاز محكمة، ومن أن يرتب ما لديه من أحذية في صف واحد وأن يقبّل صورة والده في فمه عدة مرات قبل أن ينام.

ومما يجب توكيده أن الوسواسي يفطن إلى أن ما يستبد به من وساوس وأفعال أمور سخيفة حمقاء لكنه لا يملك لنفسه من أمره رشداً. فحين يشعر الزوج الوسواسي برغبة قسرية لإيذاء زوجته التي يحبها كثيراً، أو على إلقاء نفسه من مكان مرتفع وهو لا يريد الانتحار.. فإنه يعرف حق المعرفة أن وساوسه ضارة. وهذه المعرفة دليل على أن المريض مستبصر بحالته شاعر بشذوذه، وفي هذا ما يميز الوسواس عن هذيان الذهاني. فاعتراف الفرد بانحرافه بشرى خير وأمارة على أنه غير مصاب بمرض عقلي. غير أن الوسواسي مع علمه بشذوذ أفكاره ومشاعره وأفعاله يقف منها مسلوب الإرادة. ولو منعناه من آداء أفعاله اشتد به القلق والضيق. فكأنها لديه بمثابة الخمر والمخدرات لدى من يلتجئون إليها والواقع أنها حيل دفاعية مؤقتة ضد القلق والشعور بالذنب. فإذا ما زال العرض عاد القلق. لذا كانت الوساوس والأفعال القسرية ملحة ومتكررة لأنها ذرائع لدرء القلق وتجنبه، شأنها في ذلك شأن الأعراض الجسمية في الهستيريا التحولية.

ـ أعراض أخرى: ـ

إلى جانب هذه الأعراض البارزة هناك سمات أخرى تتميز بها شخصية الوسواسي. فالمصابون بهذا العصاب يغلب على سلوكهم العناد والشح والتردد والتشكك المفرط. المعطل عن العمل أو الإنتاج إن كتب أحدهم خطاباً أعاد كتابته وإصلاحه أو مزقه وكتبه من جديد، وإن كتب خطابين وأقفلهما فإنه يفضهما فيتأكد من أن كل خطاب في مظروفه. وقد يعطله التردد الشاذ عن إنجاز أعماله في يسر خشية أن يرتكب خطأ أو شيئاً مستهجناً نكراً فإذا به يقضي وقتاً طويلاً حتى يختار بدله أو كرافته أو يبت في أمر ذهابه إلى مكان ما.

ومن سماتهم الخلقية الصرامة والتزمت في مراعاة قواعد العرف الاجتماعي، وفي مراعاة المواعيد، وفي الاهتمام بصحتهم وطعامهم. وأغلبهم من ذوي الحساسية المرهفة، فأكبر الظن أنهم يلقون عنتاً شديداً في محاسبة الضمير ويقظته البالغة في حذرهم وتوجيههم في كل شيء يفعلونه. الواقع أن أوضح صورة لقسوة الضمير تبدو في هذا المرض. إنهم قوم فضلاء لكنهم غير سعداء، فليس الخلق الرفيع دليلاً على الصحة النفسية دائماً.

وقد يبدو الوسواسي طيعاً هادئاً مسالماً أو خائفاً أو خجولاً في ظاهره لكن باطنه مرجل يغلي، فهو في دخيلة نفسه متحد عنيد يتوق إلى السيطرة والتسلط مكتف بذاته لا يعتمد على غيره في حين أنه يحن حنيناً خافياً إلى الاتكال على والديه أو زوجته أو زملائه أو رؤسائه. ولا عجب فحيلته الدفاعية الرئيسية لدرء القلق هي «التكوين العكسي» Reaction Formation.

ـ العوامل المسببة للحواز:

يبدو أن أثر الوراثة في التمهيد لهذا العصاب أقوى منه في التمهيد لأي عصاب آخر. فالسمات الوسواسية توجد مركزة بشكل ملحوظ في أسر

الـوسواسيـين. وقد ظهـر من بعض البحـوث أن ثلث آبـاء المرضى وخمس أبنائهم تبدو لـديهم أعراض وسـواسية. وفي الـوقت نفسه تـدل أغلب الدراسات إن لم يكن كلها على أن تاريخ حياة الوسواسي يكشف عن تربية صارمة أو متزمتة تلح إلحاحاً شديداً على مراعاة الدقة والاستقامة والنظافة والنظام.

ويبدو أن الصراع الأساسي لهذا المرض، أي الصراع الذي يتكون في الطفولة ويكون له أثر عميق في تشكيـل شخصية الفـرد فيما بعـد، هو الصراع بين إصرار الطفل على إرضاء دوافعه الجنسيـة والعدوانيـة وبين خوفه من العواقب أو خوفه من الضمير. وبعبارة أخرى هو الصراع بين رغبته في التحدي والعناد وتوكيد ذاته وبين خوفه إما من والـديه أو من ضميره حين تكوّن لديه الضمير. والوسواسي الكبير لا يزال يعاني هذا الصراع القديم الباقي بين عناده وإصراره على إرضاء دوافعـه المحظورة وبين خوفه من عقاب الناس أو عقاب الضمير. كأن جانباً من شخصيته يقول «سأفعل ما أريد» بينما يرد عليه الجانب الآخر «إن فعلت هذا حلت بك كارثة!» وإذا كان الوسواسي غالباً ما يبدو خجولاً أو طيباً مسـالماً يتـودد إلى الناس ويلتمس رضاءهم فما ذلك إلا لأنه يخشى عواقب عناده وعدوانه الذي كبته الخوف.. وكل موقف ينشط ما لديه من مكبوتات محظورات - وما أكثر هذه المواقف - يثير قلقه وتوجسه وهكذا يضيع شطر كبير من طاقته في هذا الصراع بما يجعله عاجزاً عن تحدي الحياة ومواجهة صعوباتها.

غير أن هذا الصراع شائع جداً في مرحلة الطفولة المبكرة، فلماذا لا يصبح جميع الأطفال وسواسين في مستقبل حياتهم؟ ذلك أن الـطفل لا يلبث أن يجد طريقة أو أخرى لحل هذا الصراع أو التخفيف منه: (١) فإما أن يرجح كفة التحدي وتوكيد الذات، ويحدث ذلك حين يكون استعداده الوراثي عدوانياً، أو لا تكون لديه حساسية زائدة للخوف، أو حين لا يكون العقاب المتوقع شديداً، أو إذا لم ينفذ الوالدان العقاب.. عندها

يمضي الطفل في عناده وتحديه بما قد يؤدي به إلى الإجرام إن كانت الظروف مواتية للإجرام. ولا يصبح الطفل وسواسياً إلا إذا كبت هذا العناد لديه بالتهديد والعقاب. (٢) فإن لم يكن ذا استعداد وراثي عدواني، أو كان التهديد بعقابه شديداً أعرض الطفل عن تسلط رغباته المحظورة وكبتها، وبدا طيباً طيّعاً حسن السلوك، ووجد منفذاً لما يكنّه من تسلّط وتحد في القيام بأعمال يرضى عنها من حوله من الناس. (٣) فإن كان كل من العناد والخوف من العقاب قوياً لا يستطيع أحدهما أن يحد من قوة الآخر، تعرّضت شخصية الطفل للتمزق من المشكلة غير المحسومة، وبما أن الصراع الموصول شيء لا يحتمل فلا بد من حل ودي، لا بد من ميثاق ومهادنة بين القوتين المتصارعتين، الكابتة والمكبوتة. وقد يكون هذا الحل الوادي بأن يسمح الطفل لنفسه بإرضاء بعض دوافعه المحظورة بشرط يكفر عن ذلك بإطاعة والديه طاعة تامة فيراعي النظافة والنظام وكل ما يأمرانه به. ويحدث هذا عند الطفل على مستوى شعوري، أما عند الوسواسي الكبير فتصبح المشكلة لاشعورية إذ يجد نفسه مرغماً على مراعاة النظافة والنظام والدقة وعلى القيام بأعمال تكفيرية كالإسراف في غسل اليدين تطهيراً لما لصق بنفسه من ذنوب. بل قد يحدث أن تظهر الدوافع الجنسية والعدوانية صريحة في شعور الكبير على صورة وساوس مختلفة بشرط أن يدفع في مقابل ذلك رشوة لضميره الغاضب. والضمير الغاضب كما قدمنا، لا يرضيه إلا إنزال العقاب بالفروض أية صورة من صور العقاب. وهذا هو أساس الأفعال العقابية التي يقوم بها المريض.

ونستطيع أن نضع ما تقدم في صورة أخرى فنقول أن كبت الدوافع والرغبات المحظورة كبتاً عنيفاً نتيجة لتربية صارمة مرعبة أو متزمتة يولد في النفس عقدة ذنب، فإذا بالفرد يشعر بالذنب لكن لا يدري لماذا يشعر به أو ما هي الذنوب التي اقترفها. هنا يكون المرض النفسي حيث يهرع إليه الفرد للتخفف من وخز ضميره، أي أنه يجد في عذاب المرض دواء.

ويرى «فرويد» أن إسراف الوسواسي في مراعاة النظافة والنظام والمواظبة صفات ثبتت لديه فلم يستطع أن يتخلى عنها، ثبتت لديه من جراء التعجل والقسوة من تعليمه ضبط أمعائه بإخلائها في مواعيد معينة مع مراعاة النظافة التامة وذلك إبان الطور الشرجي من تطور الغريزة الجنسية - وهو الطور التي يتسم بميل الطفل إلى العناد وتوكيد ذاته - فأصبح يشعر بضرورة التشبث بها وإلا أغضب الناس كما كانت تغضب أمه حين كان يتخلى عنها. فالوسواسي يتصرف كأنه شخص يلتمس الأمن في النظام والتدقيق والنظافة، ويرى في الخروج عليها تهديداً لأمنه.

ثالثاً - عصاب القلق

القلق العصابي عرض مشترك في جميع الأمراض النفسية والعقلية، لكنه في عصاب القلق أظهر الأعراض وأكثرها بروزاً، فهو أشد عنفاً وأطول بقاء وأكثر تعطيلاً للفرد.

والواقع أن القلق العصابي يمكن تعريفه بأنه «خوف داخلي المصدر» غير مفهوم لا يعرف له الفرد أصلاً أو سبباً ولا يستطيع أن يجد له مبرراً موضوعياً أو سبباً واضحاً صريحاً. فهو خوف أسبابه لاشعورية مكبوتة. وبما أنه قلق غير ذي موضوع معين لذا كان نوعاً من التوجس الهائم الطليق يتأهب لأن يلقى بنفسه على أي شيء يستطيع أن يتخذ منه علة لوجوده فترى المريض يتوقع الشر من كل شيء ومن كل مصدر، فيرى في كل حدث نذير سوء، ويؤول كل ظن على أسوأ وجه. لا يرى الجانب المشرق المفرح في الأمور ولا يترقبه ولا يتصوره. إن سافر قدر أن القطار سيصطدم، أو أن الباخرة ستغرق، أو أن الطائرة ستسقط، وإن رأى في الطريق سيارة المطافيء فهي ذاهبة إلى بيته، وإن تبعه أحد في السير فهو مكلف بمراقبته. دائم القلق على صحته وعمله ومستقبله. حياته كلها خوف وحذر وتشاؤم وارتياب.

وكثيراً ما يتبلور هذا القلق الهائم ثم الطليق في مخاوف شاذة مختلفة

عن طريق حيلتي «الإسقاط» و «التحويل» أو يدور قلقه على صحته فيؤول الآلام الحشوية المختلفة التي يشعر بها على أنها سل أو سرطان أو مرض في القلب. وتسمى هذه الحالة «توهم المرض».

ومن الأعراض النفسية لهذا العصاب سرعة الاهتياج وضعف القدرة على التركيز وشرود الذهن والهبوط بين آن وآخر. هذا فضلاً عن التردد الشاذ والتشكك وتزاحم الأفكار المزعجة على المريض، مع فقد الشهية للطعام وأرق وأحلام كابوس متواترة يرى فيها أن أحداً يطارده أو يهاجمه أو بأنه يسقط أو يفشل في مشروع قام به. ومن الطبيعي أن يؤدي به هذا القلق الموصول والتوتر الدائم وصعوبة النوم إلى شعور شديد بالتعب والإرهاق إلى غير تلك من الأعراض التي كانت تدرج فيما يسمى «النوراستنيا».

أما الأعراض الجسمية التي تصاحب حالات القلق العصابي فهي أعراض الخوف: اضطراب التنفس، وتقبض القلب وخفوقه، وارتفاع ضغط الدم، مع شحوب وعرق وارتجاف ـ هذا إلى كلال في البصر ودوار شديد وكثرة في التبول وإسهال وانتفاخ في البطن، وغصة في الحلق، وعدم استقرار حركي. وقد يخطىء المريض فيظن أن ما يشعر به من خوف نتيجة طبيعية لاضطراب حالته الجسمية، بل قد يخطىء الطبيب نفس خطأ المريض.

وقد تكون حالات القلق العصابي مستمرة موصولة مزمنة، أو تبدو في صورة نوبات حادة متقطعة يكون المريض بينها سريع الاهتياج والنرفزة شديد القابلية يغشاه السخط والشقاء والتوجس دون أن يعرف لذلك سبباً.

ففي النوبات الحادة يتضخم القلب حتى يبلغ حالة من الذعر العنيف تدوم من بضع دقائق إلى نصف ساعة أو أكثر من ذلك. وهي تبدأ بشعور بالضيق والتوتر أو الغثيان، ثم يشعر المريض باختناق وضغط على الصدر

وخفوق في القلب وتنميل في الأطراف مع خوف شديد من الانهيار أو الإغماء أو الموت الداهم. غير أن هذه النوبات الحادة يندر أن تحدث في غير جهات القتال.

وقد لوحظ أن المريض كثيراً ما يستغل حالات القلق ومصاحبتها الجسمية استغلالاً لاشعورياً حين يرى أنه يجني من ذلك ربحاً، فإذا بهذه الحالات تشتد ويطول بقاؤها ما دامت تخدم هذا الغرض. فكلا العينين قد يستغله الموظف الذي يقاسي من استبداد رئيسه فيتخذه وسيلة لتغيير عمله. كل هذا وهو لا يفطن إلى أصل حالته أو إلى نوع الدافع الذي حمله على هذا السلوك.

- العوامل الممهدة والمعجلة لعصاب القلق:

من العوامل التي تهيئ الفرد لهذا العصاب بعد الاستعداد الوراثي المخاوف الشديدة من الطفولة المبكرة من جراء مرض أو اختناق، أو فقدان الأم أو القسوة في المعاملة، أو تلهف الوالدين وقلقهم الزائد على الطفل ولنذكر أن حرمان الطفل من العطف أكثر شيء يفقد الطفل شعوره بالأمن ويبث في نفسه الخوف.

على أن مخاوف الطفولة لا تكفي وحدها لخلق عصاب القلق عند الكبار، خاصة إن بادرنا بعلاج هذه المخاوف وأشعنا الأمن في حياة الطفل. أما إن عززتها في الكبر مخاوف أخرى موضوعية، زاد احتمال الإصابة بهذا العصاب. فمن العوامل المباشرة لاندلاع هذا المرض مصادر الخطر والإحباط الشديد، عائلية كانت أم مالية أم مهنية أم جنسية، وكذلك المواقف التي تسبب توتراً نفسياً شديداً كالاستعداد للامتحان مثلاً.

وحالات القلق العصابي من أكثر الأمراض النفسية شيوعاً وانتشاراً، لكنها لحسن الحظ أكثرها استجابة للعلاج.

ونود أن نشير أخيراً إلى أن عصاب القلق يختلف عن الهستيريا

والوسواس في أنه محاولة خائبة، وليس مجرد محاولة شاذة لتجنب القلق أو خفضه. ففي هذين العصابين تخف حدة القلق ولا نقول يتلاشى القلق بفضل تلك الأعراض والحيل الدفاعية المختلفة التي يصطنعها المرضى أما في عصاب القلق فتزداد وطأة القلق بدلاً من أن تنكسر شوكته، لذا كان عصاب القلق من ضروب التوافق الخائبة.

ـ حالة قلق عصابي:

رجل متزوج (٤٧ سنة) بدأ يشكو من نوبات إسهال تعتريه وهو مسافر بالقطار مع عرق في يديه ورجليه ورعشة ودوار وأرق وسرعة إهتياج وضعف في القدرة على التذكر. وكان رجلاً نشيطاً في عمله حي الضمير من طبقة الصناع الذين شقوا طريقهم إلى مركز ذي مسؤولية في شركة تجارية كبيرة. وقد بدأ أغلب هذه الأعراض يبدو عليه منذ ثلاثة أشهر حين نقله رؤساؤه من عمل داخل الشركة إلى آخر خارجها يقتضي قيامه بأسفار كثيرة، بعد أن طردوا أحد الموظفين ليحل صاحبنا محله. وكان هذا الموظف المرفوت يعمل بالشركة منذ ثلاثين عاماً، مما أحزن المريض لاغتصابه مكانه. لقد كانت الوظيفة الجديدة تتطلب السفر الكثير بالقطار، وقد بدأت نوبات الإسهال تعتريه منذ بدء سفره، ثم اعتراه ضعف شديد بعد عشرة أيام مما دعاه إلى البقاء بمنزله حيث مكث به إلى أن دخل المستشفيات. وقد دل الفحص على أن بعض أعراضه وهي الأرق وسرعة الاهتياج، ظهر لديه قبل أن يصاب بالإسهال، وكان ينسبها إلى كثرة عمله. كما اتضح أنه قدم استقالته من عمله الأول فلم تقبل إستقالته، وأنه كان ساخطاً لأن الشركة لا تعيره من الاهتمام ما هو جدير به. كما صرح بأنه كان يخاف أن يحل ابن رئيسه محله في عمله. وقد كان لخوفه هذا ما يبرره إلى حد ما لأن نقله إلى العمل في وظيفته الجديدة قد تم ليحل محله هذا المنافس الصغير. لقد كان هذا المريض رجلاً هادئاً مسالماً يكره الأسفار وقد قبل عمله الجديد على كره شديد له. ويبدو أن حزنه لرفت الموظف

السابق كان انعكاساً لحزنه هو وخشيته أن ترفته الشركة كذلك.

هذه الحالة توضح لنا عدة نقاط، فقد أزاح هذا المريض حزنه وخوفه على نفسه إلى حزنه على طرد زميله. وهذه حيلة «التحويل» وكانت أعراضه الجسمية كلها أعراض الخوف. وكما كان خائفاً على عمله الجديد كان كارهاً لتركه عمله القديم. وكان يغار من إبن رئيسه ولو أنه لم يعترف لنفسه بهذه الغيرة الخفية. يضاف إلى هذا أنه كان ساخطاً على رؤسائه لأنهم لا يعيرونه ما هو أهل له من العناية والاهتمام. فأعراضه هذه كانت: ١ ـ نتيجة خوف، ٢ ـ كما كانت إحتجاجاً على نقله من عمله القديم، ٣ ـ كذلك كانت في الوقت نفسه بمثابة إنتقام من رؤسائه لأنه كان أكفأ الموظفين في عمله الجديد، وفي مرضه ما يسبب للشركة خسارة مالية. هذه الأسباب الثلاثة مثل جيد لمبدأ «تضافر العوامل» في تكوين العصاب، وهو المبدأ الذي جاء به «فرويد»، والذي ينص على أن العصاب لا ينشأ نتيجة عامل واحد بل نتيجة عوامل متعددة تصل جميعها في آن واحد.

رابعاً ـ المخاوف الشاذة

المخوفة الشاذة أو الفوبيا Phopia هي خوف مرضي من شيء معين أو فعل معين، لا يثير الخوف في العادة عند أغلب الناس، فهو خوف دائم لا يعرف الفرد له سبباً مبرراً موضوعياً كما لا يستطيع ضبطه والسيطرة عليه بالإرادة. من هذه الفوبيات الخوف من الكلاب أو الفئران أو الظلام أو التلوث الميكروبي، ومنها الخوف من الوحدة أو عبور الشوارع أو البقاء في أماكن مقفلة كقاعات المحاضرات وحالات العرض المسرحي، ومنها الخوف من الفعل الجنسي أو خوف الإنسان من أن يدفن حياً.

يظن أغلب الناس أن الفوبيات سببها الوحيد موضوعات خارجية. غير أن الخوف من السقوط أو الاختناق أو من الظلام إن استمر وبقي. فلنا الحق في أن نذهب إلى أن الفوبيات ترجع إلى خوف داخلي عميق أسقطه الفرد على هذه الأشياء الخارجية الموضوعية أو حوله إليها،

وهذا ما يؤيده التحليل النفسي غالباً فالخوف من الكلاب قد يكون سببه عضة كلب، لكنه قد يرمز أيضاً إلى الخوف من أب غضبان. بل قد يكون الأمر أبعد من هذا. فقد لا يكون الأب غاضباً ويكون مصدر الخوف شعوراً بالذنب أي شعوراً يستحق هذا الغضب.

هذه طفلة في الرابعة من عمرها، أصيبت بخوف شاذ من الكلاب أياً كان شكلها ولونها وطبعها. ولم تظهر هذه الفوبيا نتيجة حادثة لها مع كلب بل ظهرت على حين فجأة. وقد اتضح من فحص هذه الطفلة أنها أصيبت بالتهاب رئوي ثم اعترتها مخاوف ليلية أثناء فترة النقاهة. وذات صباح أخذت تصيح فلما سارع إليها والدها صاحت به أن يذهب بعيداً عنها. فلما سألتها أمها من هذا قالت لها أن كلباً يوجد تحت سرير أمها. فلما اقترب منها والدها صرخت فيه «اذهب، أنت كلب!» ثم ذهب عنها فزعها بعد مدة قصيرة ونامت هادئة. فلما استيقظت صباح اليوم التالي كانت هادئة جداً، لكن لزمتها منذ ذلك اليوم فوبيا الكلاب. وقد استطاع المعالج النفسي أن يكشف أن السبب الحقيقي لهذه الفوبيات هو خوفها المتوقع من انفصال والدها عن أمها، أما اختيار الكلب كموضوع للفوبيا فقد يرجع إلى ارتباط الوالد بالكلب في ذهن الطفلة ارتباطاً شرطياً.

وتصنف الفوبيا إلى نوعين:

١ ـ الفوبيات الهستيرية: وترجع إلى انطلاق خوف مقسوع أو مكبوت.

٢ ـ الفوبيات الوسواسية: وترجع إلى خوف الفرد من عواقب رغباته المحظورة، الجنسية والعدوانية.

الفوبيات الهستيرية:

هي مخاوف تتخذ وسيلة لاستدرار العطف واسترعاء الاهتمام أو الهرب من موقف عسير. فهي تخدم نفس الأعراض التي تؤديها الهستيريا التحولية، فمثلها كمثل العمى الهستيري أو شلل اليد الوظيفي إذ هما

وسيلتان لاشعوريتان لاسترعاء الانتباه أو للتنصل من حمل مسؤولية.

أو تكون هذه الفوبيات انطلاقاً لخوف مكبوت في عهد مبكر جداً في حياة الفرد، لخوف كبته الطفل واصطنع بدله شجاعة ظاهرية واستغناء عن الآخرين واكتفاء ذاتياً «بحيلة التكوين العكسي». غير أن هذه الحواجز التي أقامها الفرد ضد المكبوت قد تنهار ذات يوم فتنطبق المخاوف كما خبرها الفرد في طفولته، كالخوف من الوحدة أو من البقاء في مكان هادىء. هذا التكوين العكسي قد ينشأ في سن مبكرة ثم يمضي الفرد بعد ذلك في تقويته وتعزيزه، فيجد ويكد طلباً للنجاح أو للمال، لأن المال يعني الأمن، أو لكي لا يصيبه الإخفاق في حياته أبداً. لا بد له أن يبذل جهداً موصولاً ليدعم ثقته بنفسه ويتجنب الفشل. وهكذا تكون السمة الغالبة على شخصيته هي التحدي وتوكيد الذات. أمثال هؤلاء يتميزون بالكد الموصول والمثابرة العنيدة وارتفاع مستوى الطموح، لكنه جهد يقترن بالقلق من جراء خوفهم المكبوت. أمثال هؤلاء يتلهفون على النجاح، ولا يرضون أبداً عما فعلوه، فهم في حالة توتر دائم يجعلهم عاجزين عن الإسترخاء والاستجمام بل يبدو عليهم الجد حتى في مناشطهم الترويحية.. وهكذا حتى يصيبهم الانهيار فيبدو في صورة قلق وأرق وخوف. والواقع أن هذه الانهيارات الشائعة بين الناجحين من رجال الأعمال وغيرهم من المكدين لا ترجع إلى إفراط في العمل كما يزعمون بل إلى إفراط في القلق. فمن الخطأ أن ننصح أحد هؤلاء بالإستجمام لأنه كراكب الدراجة. إن كف عن العمل والنشاط سقط وطغت عليه جميع المخاوف التي كان يخشاها طول حياته.

أما العوامل المباشرة التي تعجل بظهور هذه الفوبيات عند الكبير فهي كل شيء يضعف اعتداده بنفسه أو يتهدد طموحه ومثله كأن يصاب بفشل في عمله أو بمرض مقعد شديد.

ومن هذه العوامل المباشرة أيضاً أن يعرض للفرد موقف يشبه الموقف

الأصلي الذي حدثت فيه الصدمة، فانحصار الفرد في مصعد كهربي معطل قد يستحيي من نفسه ذكرى اختناق حدث له في سن الرضاعة.

الفوبيات الوسواسية:

قدمنا أن الصراع الأساسي في عصاب الوسواس يقوم بين الرغبة في السيطرة وتوكيد الذات وبين الخوف من عواقب دوافعنا المحظورة المكبوتة الجنسية والعدوانية بوجه خاص. وفي هذه الأحوال يكون الصراع داخلياً وذا طابع خلقي.

وبما أنه من الأيسر على الإنسان أن يواجه خوفاً معروف المصدر من أن يواجه خوفاً مجهول المصدر، كالخوف من رغبة مكبوتة، لذا غالباً ما يسقط الفرد هذا الخوف المكبوت من نفسه على موضوعات خارجية ترتبط بهذا الخوف المكبوت من نفسه على موضوعات خارجية ترتبط بهذا الخوف بأية صلة كانت. فنحن نخاف الأماكن المفتوحة مثلاً لأنه حدث لنا ما يخيفنا منها ونحن صغار، أو لأن المكان المفتوح البعيد الأطراف يعني - أي يرمز - إلى الفراق والوحدة وابتعاد الناس هنا جزاء إصرارنا على رغباتنا المحظورة.

وبما أن هذه الرغبات المحظورة باقية لأنها مكبوتة لذلك تبقى الفوبيات وتدوم فكلما أثيرت الرغبة المحظورة ثارت الفوبيا.

جملة القول أن الخوف من الوحدة أو من الأماكن المفتوحة أو المغلقة أو الخوف من الموت أو من كارثة داهمة أو الخوف من الظلام أو المرتفعات. كل أولئك قد يكون مجرد انطلاق لمخاوف طفلية، وهذه هي الفوبيات الهستيرية كما قد تكون مخاوف عن عواقب رغبات لاشعورية محظورة، هذه هي الفوبيات الوسواسية.

وإليك تحليلاً لبعض المخاوف الشاذة:

- الخوف من السقوط:

قد يكون سببه حادثة سقوط فعلية أصابت الطفل بالذعر غير أن أمثال

هذه الخبرات تزول إن لم تدعمها سقطة أو حادثة في سن الكبر وغالباً ما يكون الخوف من السقوط تعبيراً رمزياً عن الخوف من السقوط الأدبي أو الزلل الخلقي أو الجنسي، ومن ناحية أخرى يكشف لنا التحليل النفسي عن أن هذه الفوبيا قد تكون في بعض الحالات تعبيراً عن رغبة لاشعورية من عقاب النفس. فهناك أناس يشعرون برغبة قوية لإلقاء أنفسهم على قضبان الترام أو القطار ويخافون هذه الرغبة.

فالخوف من السقوط في جوهرة خوف نفسي، والمشكلة مشكلة نفسية فلا يمكن حلّها بتجنب الأماكن المرتفعة أو السكن في الطابق الأرضي من المنزل لأن المريض سيظل على الدوام خائفاً أن يسكن ذات يوم في الطابق الثالث أو الرابع من المنزل.

ـ الخوف من الأماكن المغلقة:

كثيراً ما ارتبطت هذه الفوبيا بعدد كبير من الأعراض الأخرى كالخوف من الانحباس في حجرة، وكالضجر والضيق حين يلبس الفرد قميصه وهو يدخله في رأسه، أو الخوف والنفور من أن يقبله أحد على فمه أو الرهبة من تناول المخدر قبل إجراء عملية جراحية، وكالذعر من أن يدفن الفرد حياً، أو النفور من أن يوجد في مكان مزدحم خانق «يكتم النفس».

وترجع هذه الفوبيا في أصلها إلى الخوف من الاختناق، فهذه مريضة ترجع الفوبيا لديها إلى أن أمها دفعت رأسها تحت الماء وهي تستحم إبان مرحلة الرضاعة، وهذا مريض ترجع الفوبيا لديه إلى أنه صاح وهو طفل رضيع فاحتضنته أمه إلى صدرها وضغطت على فمه بشدة كي لا يوقظ أباه من النوم. هذه أمثلة للأصول الطفلية الأولى لهذه الفوبيا على أن هذه المخاوف الطفلية قد تكون مؤقتة ولا تترك أثراً، لكنها قد تملأ الطفل بخوف مستمر إن ارتبطت بذنوب ارتكبها الطفل أو برغبات محظورة لديه مما يفرغ على الفوبيا دلالة خلقية. وغالباً ما «تُعَمَّم» هذه المخاوف فإذا بالفرد أصبح لا يطيق أي قيد أو إحباط أو صد أو إعاقة حتى لو كانت «ياقة»

قميص ضيقة، أو الجلوس في كرسي غير رحب، أو الاستحمام في البانيو، أو المكث في غرفة مزدحمة بالناس «خانقة» فكل ما يشعر الفرد بالإحباط والتضييق يصيبه بالخوف. فالخوف من الأماكن المغلقة خوف يرمز إلى الإحباط واختناق الشخصية.

ـ **الخوف من الأماكن المفتوحة:**

يكشف الفحص الدقيق أن هذه الفوبيا ليست خوفاً من الأماكن المفتوحة بقدر ما هي خوف من الوحدة والفراق والانفصال والانعزال وفقدان السند، فالمكان المفتوح المترامي الأطراف يشعر بالعزلة والوحشة مما يستشعره المفقود في الصحراء أو في غابة شاسعة، ومما يكون مصدر ذعر للطفل الصغير، ويدل التحليل النفسي على أن هذه الفوبيا كثيراً ما ترجع جذورها إلى انفصال الوليد عن أمه لحظة الميلاد أو إلى انفصاله عنها في مرحلة الرضاعة، ففي الفوبيا الهستيرية يكبت الخوف الطفلي ثم ينطلق حين تنهار الحواجز فيما بعد. وفي الفوبيا الوسواسية يتضمن الخوف عنصراً خلقياً. فخوف الوسواسي من الأماكن المفتوحة رمز إلى خوفه من الوحدة وابتعاد الناس عنه جزاء ما يحمله في أعماق نفسه من رغبات محظورة.

خامساً: عصاب الصدمات

العصاب الصدمي هو الذي يندلع على أثر حادثة أو صدمة إنفعالية شديدة مفاجئة كالانهيارات النفسية التي تحدث أثناء الحروب أو عقب حوادث السيارات أو على أثر إفلاس في تجارة، أو موت شخص عزيز وتكون أعراضها أعراض أي عصاب خاصة الهستيريا التحولية والفوبيا الهستيرية وعصاب القلق، ومن هذه الأعراض:

١ـ الإغماء.

٢ ـ نوبات إنفعالية لا يمكن التحكم فيها خاصة نوبات القلق أو الغضب وأحياناً نوبات تشنجية.

٣ ـ أرق أو اضطرابات شديدة في النوم تقترن بأحلام مزعجة تتكرر فيها رؤية الشخص للصدمة.

٤ ـ في أثناء النهار استرجاع للموقف الصدمي في شكل أفكار وخيالات ومشاعر.

وقد اختلف العلماء في تفسير الأحلام المزعجة (الكابوس) التي تعاود المصدوم أثناء نومه، فيرى «فرويد» أن لدى الإنسان ميلاً طبيعياً إلى تكرار المواقف المؤلمة والمخيفة للتخفيف من القلق، وسمي هذا الميل بالحاجة اللاشعورية إلى التكرار القسري وتبدو هذه الحاجة لدى العصابي في تكرار أعراضه بالرغم من إرادته، حتى إذا ما زال العرض عاد القلق، كما تبدو في ميل الناس جميعاً إلى تكرار الكلام عن حوادثهم المؤلمة والمخيفة كحديث الشخص عن عملية جراحية ينتظرها، أو على إهانة لحقت به، أو عن شجار حدث بينه وبين غيره، كذلك تبدو في ألعاب الطفل الذي يعاني حرماناً وتأزماً نفسياً، فهو يكرر اللعبة ويعيدها مرات ومرات... وقل مثل ذلك في أحلام الكابوس التي تعاود من تعرضوا لصدمات نفسية أو جسمية، فهي محاولات لاشعورية للتغلب على الخوف ذلك أن تكرار الموقف المخيف يجعل الفرد يألفه ويعتاده، وقد يتيح الفرص للتحكم فيه والسيطرة عليه أو التكيف له بصورة أكثر ملاءمة.

ويرى آخرون أن الحلم باستحضاره حوادث الصدمة المكبوتة والمنسية إلى مستوى الشعور فإنه يتيح للفرد فرصة لحل ما يعانيه من مشكلة نفسية، وهنالك حالات استعاد فيها النائم الخبرات التي أحاطت بالصدمة بحذافيرها، مما ترتب عليه شفاؤه من مرضه.

ـ القدرة على تحمل الصدمة:

وتتوقف قدرة الفرد على احتمال الصدمة على عوامل وراثية وعلى جميع خبراته السابقة للعوامل البيئية فهناك مواقف لها أثر الصدمات في كل فرد، وأخرى لا يتأثر بها الكثيرون بل يتأثر بها البعض. فغياب الأم عن طفلها

الصغير بمثابة صدمة له والفطام المباغت للطفل صدمة ما بعدها صدمة.

ويكون الفرد أكثر حساسية وتأثراً بالصدمات في حالات التعب والإرهاق والمرض الجسمي. هناك عامل آخر وهو حرية الحركة أثناء الصدمة فالعجز عن الحركة يزيد من احتمال الانهيار، والمعروف أن حرب الخنادق أخطر من حرب الميدان في هذه الناحية.

والمرجح أن أهم عامل هو الكبت العنيف السابق الذي يضعف القدرة على الاحتمال إلى حد كبير.

فالصدمة إذن أمر نسبي يتوقف على وراثة الفرد وخبراته الماضية وعلى ظروف الموقف الراهن كذلك يجب ألا ننسى عنصر المفاجأة فالصدمة المتوقعة أقل أثراً من غير المنتظرة.

- العوامل المسببة لعصاب الصدمة:

قد يتبادر إلى الذهن أن الصدمة هي العامل والسبب الوحيد المباشر في عصاب الصدمات، إذ لو لم يكن الشخص قد تعرض للصدمة لما انهار قط ومما قد يعزز هذا الرأي أن معالجة هذا السبب المباشر وحده قد يشفي الفرد من عصابه كما كان يحدث كثيراً في الانهيارات النفسية أثناء الحروب. إذ كانت تشفي بدرجة كافية تؤهل المصابين للخدمات المدنية بعد عدة جلسات بطريقة «التنفيس» عن الانفعالات المكظومة والمكبوتة. ومع هذا فقد تأكد أن هناك أسباباً تهيئ حتى لهذه الحالات مهما كانت شدة الصدمة، وأن هذه الأسباب هي التي تجعل أحد الجنود ينهار ولا ينهار زميله الذي تعرض للموقف نفسه.

إن ظهور الأعراض فور وقوع الصدمة لا يعني أن الصدمة هي العامل الوحيد في نشأة العصاب لأن هناك كثيرين يخرجون من هذه الصدمات دون آثار باقية. فمن السكارى من يسقطون ويصابون بارتجاج في المخ دون أن يصيبهم العصاب. ومن الغريب أن من يعالجون بالصدمات الكهربية لا تؤدي بهم هذه الصدمات إلى عصاب - ولو أن سوء استخدامها في علاج

من المشكلة ـ. فالمهم إذن في اندلاع الأعـراض ليس
ل استجابة المريض لها، وهذه الاستجابة تتوقف إلى
سحوين السابق لشخصية الفرد، فالذي يصاب بهستيريا
، العادة شخصاً يعاني مشكلات إنفعالية حالية أو ماضية،
عات الحالية لدى الجندي المحارب يقوم بين الخوف من الخطر
والشعور بالواجب، فهو يخشى أن يوصف بالجبن أكثر مما يخشى الموت.

كذلك الحال في الأمراض النفسية الصدمية من الحياة المدنية في حوادث السيارات أو في المصانع، فالعصاب لا ينـدلع إلا إذا ارتبطت الصدمة بصراعات نفسية شخصية أو عائلية أومهنية تهيئ الشخص للانهيار وعدم رضاء العامل عن عمله من أهم العوامل الممهدة للأمراض النفسية المهنية.

جملة القول أن العوامل المباشرة المعجلة هي الأهم في عصاب الصدمات، لكنها لا تكفي وحدها لتكشف العصاب.

من الملاحظ أن الأعراض العصابية لا تظهر على الفور في أثر الصدمة أو ما دام المصدوم مصاباً بإصابة جسمية شديدة، بل تمضي في العادة فترة بين الصدمة وظهور الأعراض مما يثير الظن بأن هؤلاء القوم يتمارضون عن قصد إبتغاء ربح يحصلون عليه كالتعويض المالي عن الإصابة مثلاً، ففي إحدى ثورات أحد البراكين أصاب جميع من بقوا في قيد الحياة زلزال إنفعالي وبعد شهور ثلاثة بدأ العصاب على بعضهم فقط ممن كانوا مهيئين له بوضوح، ثم اختفت الأعراض بعد ستة شهور، في هذا الحال لسنا بصدد تعويض مالي، لذلك بقيت الأعراض لمدة وجيزة فقط حتى لدى المهيئين للعصاب، ومن المعروف أن الأعراض تبقى مدة طويلة لدى من ينتظرون تعويضاً عن الحادثة. ففي حوادث السيارات ينهار السائق ولا ينهار صاحب السيارة. كذلك الحال في إصابات العمل بالمصانع أو في حوادث السكة الحديد. هنا تبقى الأعراض حتى يتم التعويض. وبعد

الصدمة كثيراً ما تثور في نفس المصدوم الرغبة في الانتقام أو الشعور بالظلم أو باستهتار المسؤولين. مما يساعد على بقاء الأعراض حتى يتم التعويض أو نوعاً آخر من الترضية.

أما عن سبب هذه الفترة فيمكن القول بأن الشخص ينزع بعد انتهاء الصدمة إلى الإطالة فيها واسترجاعها في خياله مما ينجم عنه تضخيم النتائج المهولة لما كان يمكن أن يحدث. ولما يمكن أن يحدث إن تكررت الصدمة، وهذا التخيل يكون أسوأ من الواقع، وأبشع من ذلك ما يحدث بعد انتهاء الغارة الجوية مباشرة، إذ يتنفس الناس الصعداء كأن لسان حالهم يقول «لم يكن الأمر مروعاً كما كنا نتوقع» ومن ذلك أيضاً حال الأم التي ينجو طفلها بأعجوبة من مرض مميت، فهي لا تنهار أثناء الأزمة بل بعد أن يبرأ الطفل.

أما امتناع ظهور الأعراض العصابية أثناء الإصابة الجسمية للمصدوم فيمكن تفسيره في حالة الجندي وما شابهها من الحالات بأنه ما دام الجندي مصاباً في جسمه فلا خوف عليه من العودة إلى القتال، فإذا ما تم شفاؤه انبثقت أزمته النفسية من جديد، وكان في حاجة إلى الدفاع عن نفسه بأعراض العصاب.

٧ ـ الأمراض العقلية

تعريف:

المرض العقلي أو الذهان اضطراب خطير في شخصية الفرد بأسرها يبدو في صورة اختلال شديد في التفكير والقوى العقلية بوجه عام، كما يتميز باضطراب ملحوظ في الحياة الانفعالية وعجز شديد عن ضبط النفس مما يحول دون المريض ورعاية نفسه ويمنعه من التوافق الاجتماعي في مختلف صوره: التوافق العائلي والمهني والديني وغيرها.

والأمراض العقلية إما عضوية وهي ما كان لها أساس عضوي معروف كتلف النسيج العصبي للمخ من الزهري أو المخدرات أو تصلب الشرايين، كذهان الشيخوخة، وذهان المخدرات، والشلل العام.

أو تكون الأمراض العقلية وظيفية أي تكون العوامل النفسية جوهرية غالبة في إحداثها كالفصام والذهان الدوري، أو هي الأمراض التي لا يستقيم تفسيرها بعوامل بيولوجية وتشريحية كما يستقيم بعوامل نفسية واجتماعية.

الفروق بين الذهان والعصاب:

يرى بعض العلماء أن الأمراض العقلية أشكال خطيرة من الأمراض النفسية، ويرى أكثرهم أنهما يختلفان في الدرجة وفي النوع. الواقع أن هناك حالات كثيرة من الاضطراب يصعب القطع فيها إذا كانت ذهانية أم عصابية. وأخرى تبرز فيها الفوارق بينهما، من الناحية الوصفية والعلاجية، على نحو لا يخطئه التقدير. من تلك:

١ ـ أن الذهان اضطراب يتناول شخصية المريض بأسرها في حين أن العصاب اضطراب يبدو واضحاً في الجانب الانفعالي منها بوجه خاص فلا تضطرب الوظائف العقلية فيه إلا بدرجة طفيفة عارضة. من هذه الوظائف القدرة على التفكير والحكم والفهم والنقد والتمييز وإدراك العالم الخارجي. ففي أكثر حالات الذهان يبدو تهلهل التفكير وعدم تماسكه على النحو التالي: -

ذهاني مدمن على المخدرات، عمره سبعون عاماً، يدور الحديث بينه وبين الطبيب كما يلي: -

ـ هل يزورك أحد بالمستشفى!
ـ أمي وأختاي.
ـ ما عمر أمك؟
ـ ٣٨ سنة.
ـ وما عمرك أنت؟
ـ ٦٧ سنة بالضبط.
ـ عجباً، يكون عمرك ٦٧ وعمرها ٣٨!
ـ أعتقد أن هذا هو عمرها العادي.
ـ ألا يدهشك هذا؟
ـ أبداً.
ـ يعني أنت أكبر من أمك؟
ـ هذا يدهشني لأنك نبهتني إليه.
ـ وكيف حدث هذا؟
ـ لا أعرف.
ـ إذن أنت ولدت قبل أمك؟
إذا كانت أمك أصغر منك، فكيف يمكن أن يحدث هذا؟
(لا يهتم المريض ولا يكترث للخروج من هذا المأزق)؟

٢ ـ والذهاني لا يكون لديه في العادة استبصار Insight. بحالته بخلاف العصابي، أي أنه لا يكون شاعراً بشذوذ، ولهذا الفارق أهمية من ناحية العلاج. فالمريض إن كان مستبصراً بحالته استطاع المعالج أن يظفر بتعاونه. أما إن كان ينكر ما هو عليه من شذوذ لم يستطع المعالج ذلك. غير أن هذا الفيصل ليس حاسماً، فبعض الذهانيين يفطن إلى شذوذ حالته وإلى أن الذهان قد أطبق عليه. وبعض العصابيين بل الأسوياء لا يشعرون البتة بحقيقة حالتهم. كالشخص المغرور أو الأناني الذي لا يفطن إلى غروره أو أنانيته بل قد يرى نفسه غاية في التواضع والإيثار.

٣ ـ والذهاني شخص قطع صلته بالواقع الموضوعي وكوّن لنفسه عالماً من الخيالات والأوهام، أما العصابي فلا يزال متصلاً بالواقع مندمجاً فيه، يعمل ما في وسعه لكي يعيش ويتكيّف بمحيطه، ويقاسي الأمرين حين يشعر بعجزه عن أن يحيا حياة سعيدة، وبعبارة أخرى فالذهاني شخص أعرض عن الكفاح في الحياة، ولا يشعر بأن عليه أن يقدم اعتذاراً عن استسلامه هذا، وذلك على خلاف الهستيري أو الوسواسي الذي يكافح بالرغم من إعراضه.

٤ ـ وفي الذهان يتغير الواقع والعالم الخارجي في نظر المريض تغيراً نوعياً فيراه بصورة تختلف اختلافاً كبيراً عما يراه العصابي فمن الذهانيين من يرى الناس يتربصون به ويكيدون له، ومنهم من يرى أشباحاً وخيالات مجسّمة أو يسمع أصواتاً تهيب به.

٥ ـ والهلاوس Hallacinations من الأعراض الشائعة لدى الذهانيين عن موضوعات واقعية في العالم الخارجي بل عن وضوح الخيالات والصور الذهنية ونصوعها نصوعاً شديداً، إنها أخيلة يحسبها الشخص وقائع ويستجيب لها كما لو كانت وقائع بالفعل فها هو ذا ذهاني سمع صوتاً يهتف به ويأمره أن يلقي طفلته من النافذة في تمام الساعة الرابعة من بعد ظهر

يوم معين.. وقد استجاب لهذا النداء ولباه بنصه وقد تدفع بالمريض إلى الاعتداء على الغير أو إلى الانتحار تنفيذاً لما توحي به. والهلاوس إما بصرية كأن يرى الشخص أشباحاً تهدده، أو سمعية كأن يسمع أصواتاً وهواتف تناديه وتكلّفه القيام بأعمال معينة، أو تسبّه وتشتمه أو تتهمه إتهامات خاصة. وقد تكون الهلاوس لمسية كأن يعتقد الشخص أن حشرات تلسعه أو أن أناساً يلمسونه، وهناك هلاوس شمّية كأن يشم الذهاني روائح تثير الإرتياب في نفسه.

والهلاوس شائعة في حالات التسمّم بالمخدرات وقبيل النوم وفي حالات النعاس. كما أنها تعرض للناس جميعاً بصورة عابرة طارئة غير إنها إن كانت قسرية معاودة، وتحدث في غيبة الظروف التي تدعو إلى اللبس بين الخيال والواقع، كانت في أكبر الظن عرضاً لمرض عقلي.

٦ ـ والهذاء أو الهذيان Delusion من الأعراض التي ينفرد بها الذهان ويقصد بالهذاء إعتقاد باطل راسخ لا يتّفق مع الواقع ولا تستطيع البراهين الموضوعية تصحيحه كأن يعتقد الشخص أن الناس يضعون له السمّ في الطعام، أو أنه مرسل لهداية الناس أو أنه مريض بالسرطان بالرغم من أن الكشوف الطبّية المتعددة تنفي وجود هذا المرض لديه، أو يعتقد أن زوجته تخونه بالرغم من قيام الأدلة على عكس ما يعتقد.

ويسمّى الهذاء بمحتواه ومضمونه، ففي «هذاء العظمة» يعتقد المريض أنه شخصية عظيمة ذات مال وجمال أو جاه أو نفوذ كبير. وفي «هذاء الاضطهاد» يعزو المريض فشله في الحياة أو ما يصادفه فيها من عقبات إلى مؤامرات تدبّر لإيذائه، وفي «الهذاء الديني» يعتقد أنه نبي. وفي «الهذاء السوادي» يعتقد أنه مذنب آثم مسؤول عن كل ما بالدنيا من مصائب وعن قيام الحرب العالمية الثانية، ومن ثم فهو يستحق كل عقاب ينزل به.

الواقع أن لكل منّا «هذاءاته» فقد تصيب أحدنا الغيرة دون سبب ظاهر أو كاف، غير أنه يتقبل الدليل على بطلان اعتقاده ويتركه لكن هذاء

الذهاني يزداد على مر الزمن رسوخاً وثباتاً، لأنه كما قدمنا حيلة دفاعية تنشأ عن صراع لاشعوري، إنه حيلة وقائية تلقائية قسرية لمواجهة موقف لا يحتمل. وقد أشرنا من قبل إلى أن الإنسان البدائي مثقل بكثير من الاعتقادات الباطلة، لكنها ليست هذاءات حقيقية بل سلوك يقره المجتمع ويفرضه على أفراده فرضاً.

كذلك يجب التمييز بين الهذاء والوسواس Obsession ففي الوسواس قد تحاصر الفرد فكرة ثابتة بأنه مريض بالقلب مثلاً. غير أنه يعلم تمام العلم أن هذا الظن ليس له أساس على الإطلاق، وأنها فكرة سخيفة لكنه لا يستطيع أن يتخلص منها بإرادته. وبعبارة أخرى فالوسواسي يرى الوسواس شاذاً غريباً عن شخصيته، لذا فهو يقاومه ويدفعه عن نفسه ويغتاظ من استبداده به، أما الذهاني فيتشبث بهذائه ويدافع عنه ويقاتل من أجله.

٧ ـ والنكوص Regression يبدو بشكل أوضح وأعمق عند الذهاني ويقصد به ارتداد الفرد إلى عادات سابقة والتصرف على مستوى أكثر بدائية Unreality. فالتبوّل أو التبرز اللاإرادي. والاستمناء العلني وكشف العورة دون خجل واستحياء... غير معروفة لدى العصابيين. ومن علامات النكوص العجز عن ضبط النفس فتظهر الدفعات العدوانية وتنطلق الغرائز البدائية، الجنسية والعدوانية، انطلاقاً صريحاً.

٨ ـ ولغة العصابي لغة متماسكة لا يصيبها التفكك والاضطراب الذي يتجلى في لغة الذهاني. وهذا غير مستغرب، فاللغة إنعكاس للفكر وتعبير عن العواطف واختبار من اختبارات الذكاء.

٩ ـ والذهان في الطفولة نادر جداً. وهو لا يفصح عن نفسه قبل منتصف المراهقة، أي حوالي ١٥ سنة إلا نادراً. غير أنه من البديهيات المعروفة في الطب النفسي أن السلوك الذي يعد ذهانياً عند الكبير قد يكون

سلوكاً سوياً عند الطفل كانفجارات الغضب مثلاً، وهذا لا يعني عدم الاهتمام ببعض اتجاهات السلوك عند الأطفال، فقد يؤدي الإهمال في تقويمها إلى ذهان في عهد الكبر.

أما الأمراض النفسية كالهستيريا والمخاوف الشاذة وعصاب القلق فأمر معروف في عهد الطفولة.

١٠ ـ والعلاج النفسي الذي يفيد مع العصابيين قد يساعد بعض الذهانيين غير أنه لا يجدي على الإطلاق مع آخرين وذلك لصعوبة الاتصال بهم والتفاهم والتعاون معهم إما لاستغراق الذهاني في عالم الخيال أو لارتيابه الشديد أو لعجزه عن الاحتفاظ بانتباهه.

١١ ـ والذهاني كثيراً ما يكون خطراً على الناس وعلى نفسه ـ هذا بالإضافة إلى عجزه عن مساعدة نفسه وغيره ـ لذا يجب عزله في مصحّات أو مستشفيات خاصة لعلاجه والعناية به، وهذا على خلاف العصابي الذي لا تجب العناية به في مصحّات إلا في الحالات الحادة ولفترة غير طويلة.

٨ ـ الأمراض العقلية العضوية

لا نريد الإطالة في هذه الأمراض التي تقوم العوامل النفسية بدور جوهري في إحداثها. ويكفي أن نشير أن أوضح هذه الأمراض ثلاثة: (١) الشلل الجنوني العام، (٢) ذهان الشيخوخة، (٣) الذهان الكحولي.

(١) الشلل الجنوني العام:

ذهان ينشأ عن إصابة المخ بالزهري. غير أن نسبة صغيرة ممّن يصابون بالزهري يتعرضون له، فقد لا تزيد هذه النسبة على ٥٪ والسبب في هذا غير معروف، كما أنه من غير المعروف أيضاً لماذا تكثر نسبة الإصابة به بين الرجال عنها بين النساء. ولو عولج الزهري وشفي المريض منه في أول ظهوره لم يصب بهذا الذهان.

ومن أعراضه الجسمية الشلل واضطراب في النطق، ومن أعراضه العقلية هذاءات مختلفة واضطرابات انفعالية واضحة من أظهرها التذبذب وعدم الاستقرار الانفعالي، هذا إلى أنواع مختلفة من السلوك غير اللائق.

وإليك حديثاً جرى بين طبيب نفسي، ورجل أصيب بهذا الذهان بعد ثلاثة عشر عاماً من إصابته بالزهري الذي عالجه وظن أنه بريء لاختفاء أعراضه:

ـ كيف حالك اليوم؟

ـ عال، وأحسن من أي يوم في حياتي.

ـ وكيف حال شؤونك المالية؟

ـ عال جداً، فلي مليون جنيه في البنك الفلاني ومليون جنيه في البنك العلاني.

ـ هل لك أطفال؟

ـ لا، كان لي طفل ومات عند ولادته، وسأشتري عند رجوعي نصف دستة من المستشفى، أربع بنات وولدين.

لقد كان هذا المريض قبل دخوله المستشفى يهدد بقتل الأشخاص الذين أساؤوا إليه، ويقول الآن أنه لا يريد قتل أحد. على أن هذه الحالة ليست نموذجية لأن كل حالة تختلف عن غيرها في كثير من المظاهر وأظهر ما فيها «هذاء العظمة»: «ملايين في البنوك، وشراء ستة أطفال... الخ».

(٢) ذهان الشيخوخة:

يبدو هذا المرض في صور مختلفة. وغالباً ما يتّسم بهذاءات مختلفة، فقد طلب أحد المرضى من الطبيب أن يعمل له ثقباً في رأسه ليخرج منه بعض الهواء الذي يضغط على دماغه. وكان يتحدث عن أشخاص يريدون وضع السم له في الطعام... وأمثال هذه الهذاءات شائعة في ذهان الشيخوخة، مع عيوب ظاهرة في الذاكرة. فقد ينسي المريض ما حدث له منذ عهد قريب، أو يختلق أحداثاً وقعت له، وغالباً ما يعجز عن التحديد الزماني والمكاني، فلا يعرف أين يوجد، أو السنة الحالية أو كم أمضى من الزمن في المستشفى.

ومما يجدر ذكره ما دلّت عليه البحوث الحديثة من أن الإضطرابات العقلية والإنفعالية في الشيخوخة لا يتحتّم أن تكون نتيجة تلف عضوي أو عصبي، بل قد تكون في المقام الأول نتيجة للتغير الشديد في المكانة الإجتماعية للمسن وما يعرض له من مشكلات في هذه السن: كاضطراره إلى الاعتماد على الغير، وشعوره بأنه أصبح عبئاً على غيره، وزوال ما كان ينعم به من مسؤولية وسلطان.. فهذا الانتقال الفجائي إلى حالة العجز وقلة الحيلة قد يكون مساويا في أضراره للعصب العضوي العصبي، خاصة إن

لم يتبع التقاعد المبكر نشاط أو عمل.

(٣) الذهان الكحولي:

ينجم عن الإسراف في شرب الخمر، ويتّخذ أشكالاً عدة من أظهرها «الهتر الإرتجافي» وهي حالة من الإختلاط العقلي الحاد تقترن بارتجاف وقلق شديد وهلاوس وهذاءات مختلفة. أما الإضطراب في السلوك فيشبه أحياناً ما يحدث في ذهان الشيخوخة وذهان وظيفي آخر هو الفصام.

٩ ـ الأمراض العقلية الوظيفية

أولاً الفصام:

إضطراب وظيفي في الشخصية يبدو في صورة أعراض من جميع جوانب الشخصية وهي: الجانب الانفعالي والجانب الفكري والجانب السلوكي. وهي أعراض على درجة كبيرة من التنوّع والاختلاف، تبدو في أشكال متباينة متعددة. غير أن هناك شيئاً من التزامل بين هذه الأعراض بعضها وبعض بحيث أمكن تصنيفها إلى أربعة أصناف أو طرز هي: ١ ـ الفصام البسيط، ٢ ـ فصام المراهقة، ٣ ـ الفصام التخشبي، ٤ ـ الفصام الهذائي.

وهذه الأنواع وإن تميّز بعضها عن بعض بأعراض بارزة إلا أنها تشترك جميعاً في السمات الآتية:

أولى هذه السمات وأظهرها هي إنسحاب المريض من صلاته الإجتماعية العادية بالناس إنسحاباً يكاد يكون تاماً، وقطعه كل صلة له بالواقع الخارجي، فإذا به يوجه كل طاقته الذهنية لخلق عالم من الأوهام والخيالات يعيش فيه فيعفيه من مواجهة مشاكله ومن أي شيء، وإذا به يشعر أن ما حواليه من العالم الخارجي وهم لا حقيقة.. فكأنه حالم في عالم مستيقظ.. وهذه تربة صالحة لنمو كثير من الهلاوس والهذيانات.

أما الاضطراب من حياته الانفعالية فيبدو في ضحالة انفعالاته وبرودتها وتقلبها وعدم ملاءمتها للمواقف التي تثيرها، وتبدو هذه الضحالة في عدم إهتمامه بما يجري في العالم الواقعي، وفي عدم إكتراثه لما يقوم به من

أفعال غير لائقة كالاستمناء العلني وكشف العورة واللواط العلني وعدم اهتمامه على الإطلاق بنظافته ولباسه. أما تقلبه الانفعالي فيبدو على نحو ظاهر في معاملاته المتذبذبة مع الناس، فإذا به يؤذي مَن كان يتودَّد إليه منذ لحظة، أو يأخذ في البكاء بعد نوبة من الضحك واستجاباته الانفعالية غالباً ما تبدو سخيفة لا تناسب الظروف التي تثيرها فهو يثور لأتفه الأسباب، ويتقبَّل موت أبيه كما يتقبل طعامه. وقد يضحك لما يؤلم ويتألم لما يُثير الضحك.

وفي الأعراض الرئيسية المشتركة لهذا المرض الخمول والبلاذة ونقص شديد في الحيوية فترى المريض لا يتكلَّم أو لا يجيب على أسئلة توجّه إليه ولا يبذل جهداً لعمل شيء وقد يختار ركناً يجلس فيه وقد خلا وجهه من كل تعبير. وقد يتخلَّل هذه الحالة من الخمول أفعال إندفاعية مفاجئة ليس لها سبب ظاهر، أو يعتدي على الغير، أو يأخذ في تدمير الأثاث وكثيراً ما تكون هذه الانفجارات الفجائية إستجابة لهلاوس تؤثر فيه. هذا إلى حركات غير مفهومة أو يبدو على ظاهرها الفزع والرعب.

واضطراب التفكير عند الفصامي لا يقل ظهوراً وغرابة عن اضطراب انفعالاته وسلوكه، ويبدو هذا الإضطراب في لغته وأحاديثه بوجه خاص فاللغة مطية الفكر وآداة التعبير عنه إلى حد كبير، لذا قد يصبح من المحال عقد حديث أو مناقشة عادية معه وذلك لعدة أسباب منها: أنه لم يعد يهتم بغيره، ولم يعد قادراً على بذل الجهد العادي اللازم لوضع نفسه موضع من يخاطبه وتعديل لغته حتى يفهمها من يخاطبه. ومنها أن تفكيره لا يتقيّد بالواقع ولا يخضع لقيود منطقية أو إجتماعية بل تفكير تثيره وتوجهه رغباته وحاجاته الشخصية، فهو إذا تكلّم لم يراع ولم يهتم بموقف المستمع منه، لقد أصبح عاجزاً عن أن يرى الأشياء بعين الآخرين لأنه شديد الخضوع لدوافعه ورغباته مستغرق في اهتماماته لا يكترث للغير. وقد ينقطع مجرى تفكيره على حين فجأة فينسى ما كان يفكر فيه، فإذا به ينتقل في حديثه من

موضوع آلى آخر لا صلة له على الإطلاق بالموضوع الأول لذا فالحديث معه قد لا يؤدي إلى أية نتيجة، إما لغموض لغته أو لأنه يعبر بعبارات عامة مائعة أو مجازية أو رمزية لا يكون لها أي دلالة أو معنى عند من يتكلم معه، أو لتدفق أفكاره وانتقالها السريع من موضوع إلى آخر، أو لعدم تماسك أفكاره وارتباط بعضها ببعض إرتباطاً طبيعياً أو منطقياً من ذلك قول أحدهم «بما أني سأشرب الشاي مع إفطاري فلا داعي لأن ألبس حذائي!».

ومن ذلك أيضاً أن فتاة فصامية كانت تجيب على كل ما يوجّه إليها من أسئلة بقولها: «تليفون ١٢٢» فلما هدأت بعض الشيء قالت أنها ولدت في قرية صغيرة بها بيوت قليلة وكان منزلها يقع إلى جوار منزل ثري كبير رقم تليفونه ١٢٢.

إن الفصامي يعيش في عالم آخر يختلف كل الإختلاف عن عالم الأسوياء. وأن إدراكه للعالم الخارجي الموضوعي يختلف كل الاختلاف عن إدراك الأسوياء له. فقد يؤول كل كلمة أو ابتسامة أو حركة تصدر من الآخرين على أنها موجّهة إليه بقصد إيذائه أو السخرية منه. ولا يجد غضاضة أو مانعاً من أن يقوم بكنس الأرض ورشها مع أنه يعتقد أنه نابليون بونابرت.

هذه هي الأعراض التي يشترك فيها الفصاميون بوجه عام. وإليك بعض الأعراض التي تتميز بها طرزه الأربعة:

- الفصام البسيط:

تندر فيه الهلاوس والهذاءات. ويبرز فيه الخمول والبلادة وعدم الاهتمام أو النشاط أو المبادأة، مع جدب الصلات الاجتماعية، وبرودة الإستجابات الانفعالية، وانحلال تدريجي مطرد في القوى العقلية والمصابون به قد يمكثون في المستشفى أحياناً حتى يموتوا. غير أنه في السنوات الأخيرة حدث تقدّم ملحوظ في تدريب هؤلاء وردّهم إلى بيوتهم

أو إلى المجتمع.

ـ فصام المراهقة:

المصابون به أكثر نشاطاً من السابقين، غير أنهم يشتركون معهم في ضحالة الانفعالات وعدم ملاءمتها للظروف، كما تظهر فيه هلاوس وهذاءات غير متّسقة أي غير محبوكة الأطراف، ومن أظهر ما يتّسمون به استخدام ألفاظ وعبارات لا معنى لها عند الآخرين، وكذلك القيام بأعمال سخيفة أو مزرية، فقد وجدت امرأة من هؤلاء عارية في إحدى دورات المياه العمومية بالطريق وقد أخذت تغسل ملابسها في أحواض غسل الأيدي.

ـ الفصام التخشبي:

أشد طرز الفصام انطواءً وانسجاماً، وأشدُّهم عناداً وعصياناً ومخالفة لما يطلب إليه، أما بالامتناع عن آدائه، أو بآداء عكس ما يطلب إليه. وأظهر سماته أن يتّخذ المريض أوضاعاً جسمية ثابتة متخشبة ويظل عليها ساعات طوالاً دون أن ينال منه التعب. فإن حاول أحد تغيير الوضع قاومه المريض أو أطاعه مؤقتاً ثم عاد إلى وضعه الأول بعد أن يتركه، ومن الممكن تشكيل جسم المريض على هذا النحو. فإن رفع الطبيب ذراع المريض أو ثنى جذعه أو ساقه احتفظ المريض بهذا الوضع مدة طويلة. ولما يتّسم به المريض من عناد ومخالفة فقد يكفّ عن تناول الطعام أو يرفضه حين يقدّم إليه، وهنا يتعين تغذيته بواحدة من الطرق الصناعية، وقد حدث أن ظل أحد هؤلاء ممتنعاً عن الكلام طوال عشر سنوات، فأحضره الطبيب النفسي إلى فصل أمام الطلاب وذكر لهم أن هذا الشخص لا يتكلم منذ عشر سنين، وهنا قال له المريض على الفور: وماذا تريدني أن أقول؟.

ـ الفصام العدائي:

لا توجد فيه الأفعال والتعبيرات السخيفة التي يتّسم بها فصام المراهقة، وأبرز أعراضه هذاءات العظمة وهذاءات الاضطهاد.. إذ يعتقد

المريض أنه زوج أجمل امرأة في العالم، أو أن الناس يراقبونه ويتجسّسون عليه أو يحاولون وضع السم في طعامه.. ومن المشاهد أن الفصامي من هذا النوع قد يتكلم بوضوح وتعقّل وبطريقة مقنعة.. ولكن في عالم غير واقعي.. قال أحد هؤلاء لصاحبه: في المستشفى الذي نحن فيه عصافير كثيرة، ويستطيع الشخص أن يصطاد ٩٠ عصفوراً في الدقيقة أي يصطاد في خمس دقائق ٤٥٠ عصفوراً، وفي ربع الساعة ١٨٠٠، وفي الساعة ٧٢٠٠٠ عصفوراً. فإذا أحضرنا مائة رجل اصطادوا ٧٢٠٠٠٠٠ عصفور في اليوم. فإذا بعنا العصفور بقرش واحد حصلنا على حوالي ٧٢٠٠٠ جنيه في اليوم، وهذا مكسب كبير لوزارة الخارجية.

ـ أصل مرض الفصام:

لا يزال الخلاف قائماً بين العلماء على أصل هذا المرض أهو ذهان وظيفي أم ذهان عضوي، إذ تدل إحدى الدراسات الإحصائية الحديثة على أن الفصام يجري في الأسر كما تجري الأمراض الوراثية، كما دلّت دراسة أخرى على أنه إذا أصيب توأم بهذا المرض أصيب الآخر به من ٨٦٪ من الحالات. على أن بعض العلماء يشكّكون في هذه الإحصاءات لعدة أسباب أولها: أن الاستهداف للفصام ـ أي قابلية الفرد للإصابة به ـ وراثي ومن ثم يكون للمرض أساس عضوي. الاحتمال الثاني: هو أن الأفراد الأقارب، خاصة الذين يعيشون في نفس الظروف قد يكتسبون عاداتهم وعواطفهم وطرق تفكيرهم وأساليب التعامل في الحياة ممن يحيطون بهم، وهذا تأويل وظيفي يجعل للعوامل النفسية دوراً هاماً في نشأة المرض. هناك إحتمال ثالث: هو أن المرض ينشأ نتيجة لتضافر استعداد وراثي مع استعداد مكتسب. أي أن الفرد يرث استعداداً للانهيار تحت الضغط إن تعرّض لضغوط إجتماعية شديدة. غير أن الانهيار ـ حتى في هذه الأحوال ـ لا يحدث إلا إذا كان الفرد قد تعلّم واكتسب طرقاً فاشلة لمواجهة صعوبات الحياة.

ومما يعقد مشكلة التصنيف هذه أن بعض البحوث الطبية تؤكد بين آن وآخر أن الفصاميين يعانون من اضطرابات غدّية. واضطرابات في عملية التمثيل الغذائي واضطرابات كيماوية أخرى. غير أن ارتباط الفصام بهذه الاضطرابات العضوية لا يعني أنه نتيجة لها. إذ من الممكن أن يكون هو سبب هذه الاضطرابات وليس نتيجة لها، فالأزمات الانفعالية كما هو معروف تخل التوازن الكيماوي والبيولوجي للفرد اختلالاً قد يكون شديداً وموصولاً.

وحتى إن اتضح أن للفصام أساساً عضوياً ـ وراثياً أوغير وراثي ـ فيجب ألا ننسى أن طرق تفكير الفصامي وتعبيره عن انفعالاته وأساليب تصرفه، طرق تعلمها من خبراته الخاصة، وفي هذه الحال لا يكفي هذا الأساس العضوي لتفسير إختلاف الأعراض من مريض إلى آخر من حيث مضمونها ومن حيث تجمّعها وتزاملها، فالهذاءات والهلاوس يختلف موضوعها من شخص إلى آخر، وقد توجد الهلاوس دون هذاءات أو تقترن بها كما أنه لا يفسر لنا اختلاف العوامل المباشرة من شخص إلى آخر، وهي العوامل التي تندلع في أعقابها أعراض المرض.

ثانياً: ذهان المرح والاكتئاب:

اضطراب عقلي وظيفي تتناوب المريض فيه حالات من الاهتياج والهوس وأخرى من الاكتئاب والهبوط دون سبب ظاهر أو مثير كاف ـ في كثير من الأحيان ـ لذا يسمى أحياناً الذهان الدوري .

ففي حالات الهوس تغزر أفكار المريض وتتدفق متنقلة بسرعة من موضوع إلى آخر كما تبرز انفعالاته، وتكثر حركاته وكلامه، ويحاول تنفيذ جميع ما يطرأ على ذهنه من خواطر. . ومنهم من تغمره السعادة، والمرح فيأخذ في الغناء بأعلى صوته أو يمضي في الرقص، وقد ينقلب هذا النشاط إلى اعتداء على الناس والأشياء، أو يتخذ صورة ألفاظ نابية وتلميحات أو استعراضات جنسية مبتذلة وقولاً للفحش وإسرافاً في الصخب، وغالباً ما

تقترن هذه الحالة بهلاوس وهذاءات العظمة والاستعلاء فإذا بالمريض يقص على من حوله ما يقوم به من اختراعات سيهتز لها العالم بأسره.

ومن نوبات الهبوط وهي ما تعرف بالماليخوليا أو السواد يبدو المريض في صورة حزينة تدعو إلى الرثاء. فكثير منهم لا يكفّون عن الصياح واتهام أنفسهم بمختلف أنواع التهم أو يحاولون الانتحار.. هنا تتبلد حركات المريض ويخمد جسمه وتسود الدنيا في عينيه وتحاصره ذكريات قاتمة ووساوس وقلق وقنوط وشعور أليم بالذنب وإدانة شديدة لنفسه، فلولا إهماله ما ماتت ابنته، ولولا أخطاؤه ما قامت الحرب العالمية الثانية وإذا به يعزف عن الطعام والشراب حتى يتعينّ إطعامه بالطرق الصناعية ومراقبته بدقّة لمنعه من الانتحار. وفي هذه الحالة قد يكون عرضة لتوهّم المرض فإذا به يبالغ فيما يبدو لديه من أعراض جسمية تافهة، أو يتوهّم أنه ضحية مرض جسمي لا وجود له في الواقع.

والانتحار شائع في هذه الحالات حتى ان كثيراً من هؤلاء المرضى يودعون في المستشفيات العقلية عقب محاولات انتحارية، وقد يصمّم أحدهم خطة الانتحار بدقة ويخفي قصده، أو يدفعه خوفه الشاذ على مستقبل أولاده أو من يعولهم إلى قتلهم قبل أن ينتحر.

فإذا كان المريض في نوبات الهوس يوجّه عدوانه إلى العالم الخارجي وفي نوبات الاكتئاب يوجّه العدوان إلى نفسه، كأنه يعاني «عقدة ذنب» من تضخّم خبيث في ضميره، أو كأنه يرضي حاجة إلى عقاب نفسه.

وتستغرق نوبات الهوس والاكتئاب أياماً وشهوراً تتوسّطها فترات إفاقة تكون في العادة أطول من مدة النوبة وفيها يبدو المريض سوياً مستبصراً بحالته ويمكن الحديث معه.

وقد تظهر هذه النوبات أحياناً دون أن يكون بالبيئةامبرّر موضوعي ـ فيما يبدو ـ لظهورها. أو تتبدى في أعقاب مرضي جسمي أو فقدان شخص

عزيز مثلاً، وهذا هو الغالب. وقد تظهر في دورات ثابتة منتظمة أو غير منتظمة.

ولهذا المرض طراز آخر يقتصر على نوبات من الاكتئاب تتوسّطها فترات إفاقة دون هوس، وطراز ثالث يقتصر على نوبات من الهوس التي تتوسّطها فترات إفاقة دون نوبات اكتئاب.

ولمدرسة التحليل النفسي رأي سديد في هذا الذهان إذ يذهب كثير من أتباعها إلى أن الاكتئاب في هذا المرض يمكن اعتباره رد فعل للهوس، ففي نوبة الهوس يتجاهل المريض وجود ضميره فيصبح متحرراً من ضغطه وقيوده، فيكون المريض في هذه الحالة كالطفل الشقي في غيبة والديه، يفعل ما يريد، وفي نوبة الاكتئاب يوقع الضمير العقاب على ما ارتكبه المريض من أفعال، وما نفذه من جرائم في خياله أثناء نوبة الهوس، فكأن الاكتئاب تكفير. ومتى كفّر المريض عن ذنبه، ودفع دينه وطهر نفسه. استطاع أن يتحدّى ضميره، وأن يتخذ مما حل به من عقاب شديد علّة لعمل ما يريد من محظورات. وهذا مثل آخر لرشوة الضمير التي تحدّثنا عنها سابقاً في عصاب الوسواس. ففي عصاب الوسواس قد تعبّر الوساوس في صراحة عن الدوافع المكبوتة، وتقوم الأفعال القسرية بالتكفير، وفي الذهان الدوري يكون الهوس ذنباً والاكتئاب تكفيراً فصرامة الضمير تؤدي إلى الثورة الهوسية. وهي ثورة تغيظ الضمير فيعاقب عليها، أي أن كل طور في هذا المرض سبب للطور الآخر ونتيجة له. وهكذا يدور المريض في حلقة مفرغة.

أما العوامل المباشرة التي تثير الطور الأول، هوساً كان أو اكتئاباً، فكل موقف أو ظرف يخلّ التوازن بين القوى الكابتة وهي الضمير، وبين الدوافع المكبوتة الجنسية والعدوانية، أي كل موقف يلهب الضمير أو يستفز الدوافع المكبوتة.

وأما الأعراض ـ فهي كأعراض العصاب ـ محاولات لحل صراعات قديمة أيقظتها أحداث وظروف حاضرة.

وقد ساعد المحلّلون النفسيون كثيراً من حالات هذا المرض، وفي هذا ما يدل على أهميّة العوامل النفسية في نشأته.

١٠ ـ الطرق البدائية في علم النفس

إن ما يتميز به الإنسان المثقّف قدرته وتحديد آرائه وبناء أحكامه على أسس علمية سليمة. بحيث لا ينساق وراء الإشاعات ولا يأخذ بالخرافات، ولا يلجأ إلى السحرة والعرّافين والمشعوذين وقارئي الكف وحاسبي الطالع، ولا يقيم وزناً كبيراً للصدف والحالات الفردية، ولا يقبل ما يروى له كقضية مسلمة، ولا يجعل للتعصب سلطاناً عليه، ولا يتمسّك بالعادات السائدة من غير مناقشتها وبحثها منطقياً.

ولقد ظل البحث في النفس البشرية والحكم على تصرفات الأشخاص قائماً على أساليب واهية ينقصها المنهج العلمي المنظّم ردحاً من الزمن.. ولا زالت تلك الأساليب رائجة السوق في الأوساط البدائية حتى الآن، كحساب النجوم والسحر وعلم الكف، ووسائل الدجل المختلفة التي لا تمت إلى علم النفس بصلة. بل إننا نجد في أحيان كثيرة أن بعض المتعلّمين يتأثرون بهذه الوسائل البدائية، ويزداد اعتقادهم فيها كلما زادت مشكلاتهم وتعقّدت أمور حياتهم بدرجة تقل عندها قوة مقاومتهم العلمية. كما يحدث في حالات المرض والقلق النفسي التي تجعل تفكير الأشخاص ينحدر إلى الأساليب البدائية ويباعد بينهم وبين التفكير العلمي السليم.

وفي كل بلد من بلاد العالم نجد عدداً من الدجّالين الذين يتجرون بعقليات السذج من الناس باسم العلم أحياناً وباسم الدين أحياناً أخرى، مدعين قدرتهم على الحكم على الناس وتعرف مستقبلهم والتنبؤ بمصيرهم بل وبالقدرة على علاجهم مما يقاسون من قلق واضطراب نفسي أو عقلي.

ويجد الكثيرون من السذج وضعاف النفوس في مثل هذه الأباطيل ملجأ لهروبهم من مواجهة مشكلاتهم بالطرق العلمية السليمة.

ولا سبيل للقضاء على هذه الأباطيل إلا بالمعرفة الصحيحة لحقائق الحياة العقلية والدراسات العلمية المنظّمة لعلم النفس.

الطرق المبنية على الفراسة

كان المعتقد قديماً أن هناك مميزات جسمية معيّنة ذات دلالة قوية على وجود صفات عقلية أو خلقية خاصة في صاحبها. وبناء على هذا الزعم ظهرت عدة طرق مبنية على الفراسة تهدف إلى الحكم على شخصية الفرد من مجرد دراسة هذه المميزات الجسمية أو من أمثلة هذه الطرق ما يأتي:

١ ـ طريقة تقدير الأمزجة:

لعل أقدم المحاولات المبنية على الفراسة ما كان مرتبطاً بنظرية الأخلاط الكيميائية في الجسم، وتمييز نوع شخصية الأفراد بحسب الهورمونات والأخلاط الدموية والليمفاوية والكيميائية الغالبة عندهم.. وقد قسّم الناس تبعاً لذلك إلى الأمزجة الأربعة الشهيرة التي اتخذت صوراً وأسماء مختلفة. ومن أقدمها تقسيم «أمبيدوكل» (٤٥٠ ق.م) الذي كان يقسم الناس إلى الشخص: الهوائي والناري والترابي والمائي. ويناظر ذلك تقسيم «هيبوقراط» (٤٠٠ ق.م) إلى المزاج: الدموي والصفراوي والسوداوي والبلغمي أو الليمفاوي.. وأخيراً تقسيم «جيلن» إلى الشخص: المتفائل والمقاتل الشجاع والحزين الهادىء والبليد الضعيف في انفعالاته.

ولقد كان الحكم على الناس من حيث طابع شخصيتهم مرده النوع المزاجي الذي ينتمون إليه، فالشخص الهوائي فيه الدفء والرطوبة، بينما الترابي يمثل البرودة مع الجفاف. أما الناري فيمثّل الحرارة مع الجفاف. بينما المائي يمثل البرودة مع الرطوبة.

وتطوّر البحث في أنواع الأمزجة بعد ذلك فأصبح الطابع المزاجي يقاس بنوع الانفعالات التي تبدو على الفرد في أغلب تصرفاته من حيث كونها من الانفعالات التي يغلب عليها المرح أو تلك التي يغلب عليها الحزن والاكتئاب.. وهكذا.

ولقد اهتم العلماء المحدثون ببحث الأمزجة وقاموا بدراسات مقارنة بين مختلف الأنواع من المرض بأمراض نفسية وعقلية، وربطوا بين أنواع تلك الأمراض وبين الطابع المزاجي المميز للأفراد، ولكنهم لم يقصروا دراساتهم على الملاحظات الخارجية لتصرفات الأفراد، بل تعمّقوا في بحث أجهزتهم العصبية وحالات الغدد وكل العوامل التي تتدخل في تكوين الطابع المزاجي للفرد.

ومن أشهر الباحثين في سيكلوجية الأنماط المزاجية «فونت» و«كرتشمر» و«يونج» وغيرهم... وهؤلاء جميعاً لا يؤمنون بالفراسة أو الملاحظة الخارجية وحدها كوسيلة للحكم على شخصية الأفراد بل يصحبون ذلك بالطرق العلمية الأخرى.

٢ ـ طريقة دراسة الملامح :

كان بعض الباحثين مثل لافاتير (١٧٤١ ـ ١٨٠١) يعتقد أن هناك علاقة وثيقة بين ملامح الوجه وتعبيراته وبين ذكاء الشخص وطباعه وعاداته ولم تكن ملامح الوجه وحدها هي الأساس في الحكم على طباع الناس. بل كان يظن أيضاً أن لون البشرة ونوع الشعر ولون العيون وشكل الرأس وتكوين الجسم ونوع القوام وغير ذلك من المظاهر الخارجية كلها علامات مميزة تفيد في تقدير نوع شخصية الفرد. وكانت هذه المظاهر والملامح الخارجية تتخذ مقياساً للحكم على الشخص من حيث ذكائه وقدرته على تكوين الأصدقاء وقوة إرادته أو ضعفها. وقدرته على القيادة، ومبلغ ما يتصف به من الشجاعة أو الجبن وما يتميز به من الحلم أو الاندفاع أو نحو ذلك.

وقد وضعت تبعاً لذلك بعض القواعد التي تساعد على الحكم كأن قيل إن الشخص العريض الجبهة يكون أقرب إلى الذكاء، وإن بروز الذقن دليل على قوة الإرادة، وأن شكل الحاجبين له علاقة بالقدرة على التفكير.. وإن لمعان العيون له علاقة بالحالة العاطفية وغير ذلك... واتخذ هذا الاتجاه من الحكم على الأشخاص صوراً أخرى، كالحكم على طباع الشخص بحسب قرب شكل وجهه أو رأسه من وجه حيوان معين. فالرجل المشابه للثعلب مثلاً يكون ماكراً... وهكذا.

وقد قسّم الناس تبعاً للمظهر الخارجي لملامح وجوههم إلى أنواع: فالشخص ذو الوجه المثلث الشكل يكون أقرب إلى كثرة التفكير والتأمل لدرجة أنه يمكن تسميته بالنوع «المفكّر» بينما الشخص المربع الوجه البارز الملامح يكون أقرب إلى النوع الإرادي أو «العملي» الذي يتصف بقوة العزيمة والقدرة التصنيفية أما الشخص المستدير الوجه الممتلىء بالصحة فيمكن أن يسمى بالنوع «الحيوي» وهكذا..

ولقد اهتم الكثيرون من الباحثين بدراسة الأشخاص من ملامحهم، ووجد أن هناك علاقة بين الانفعالات السائدة عند الأفراد وبين التجاعيد والتقلصات التي تحيط بملامح الوجه، كالعضلات المحيطة بالعينين والفم والأنف التي يمكن أن تتخذ علامة على الصفات المزاجية المميزة للفرد كالشخص العبوس والشخص المرح والشخص الغضوب... وما إلى ذلك.

ومن أشهر علماء الفراسة الذين اعتمدوا في آرائهم على الحكم على الأفراد من دراسة مظاهرهم الجسمية الخارجية العالم الإيطالي «لمبروزو» الذي كان يعتقد أن الضعف العقلي وانحرافات السلوك والاجرام مرتبطة بالتكوين الجسمي الناقص الذي يدل على تدهور في الطبيعة البشرية، ولذا كان يرى أن التشوّهات الجسمية مثل عدم تماثل جانبي الوجه وصغر الرأس والتواء الأنف وعدم انتظام شكل الأذنين من الأدلة على الانحطاط

العقلي، وأنها تتخذ علامات مميزة للأشخاص ذوي الاستعداد الاجرامي.

وقد امتدت هذه الطريقة في الحكم على الناس إلى الزعم بإمكان دراسة شخصية الأفراد من صورهم الفوتوغرافية على اعتبار أنها تظهر ملامح الشخص المميزة له، غير أن هذه كلها أساليب لا يمكن الاعتماد عليها إلا في حالات قليلة.

ـ التعبيرات الحركية المختلفة:

كل جزء من أجزاء الجسم القابلة للحركة والتعبير يمكن أن يتخذ مقياساً للتعبير سواء في وقت الراحة أو في أثناء الحركة ـ مثل العيون والفم والرأس والجذع واللثتين واليدين والأصابع والرجلين ـ.

فكل مظهر من مظاهر النشاط المتعددة لهذه الأجزاء يمكن تحليله من زاوية أهميته التعبيرية كطريقة المشي والوقوف وطريقة الجري والقفز والرقص والجلوس والانحناء والنوم، وطريقة الكلام والضحك والبكاء وطريقة التحية بسلام الأيدي، وطريقة التدخين، والتعبير بالكتابة أو الرسم أو حتى طريقة العزف على الآلات الموسيقية، وطريقة العمل واللعب، وطريقة ارتداء الملابس، وأسلوب التزيين. فكل هذه الظواهر الحركية والتعبيرية يمكن أن تكون مجالاً للدراسة والتحليل كل على حدة أو كل منها مع البعض الآخر.

وسنتناول بعض هذه النواحي على سبيل المثال.

ـ الحكم على الناس من تعبيرات وجوههم:

نظراً لأن الوجه يحتوي على عدد من العضلات المرنة، ونظراً لانتشار الأعصاب الحساسة في كل جزء من أجزائه، ونظراً لأنه يحتوي على أهم أجهزة الحواس التي تعتبر أبواب المعرفة وموضع الاتصال المباشر والالتقاء بالمؤثرات الخارجية... فإنه يعتبر أهم معبر عن الاستجابة لهذه المؤثرات.. ففي تعبيرات الوجه يمكن أن تقرأ علامات الرضا وعلامات

الرفض، ويمكن أن تقرأ التعبير عن الخوف والغضب، والتعبير عن السرور والارتياح. وكل مظاهر الانفعالات المختلفة... ولهذا نجد أننا نركز انتباهنا عادة على أوجه الناس عندما نريد أن نستشف مشاعرهم أو نقف على استجاباتهم. فالوجه إذن مركز التعبير عن الذات ومحطة تسجيل التعبيرات الانفعالية.

ومما يزيد في أهيمة الوجه احتواؤه على الفم الذي يصدر منه الحديث والكلام ولغة التخاطب.. والذي نتناول منه الطعام والشراب لتغذية الجسم كله.

وقد اهتم علماء النفس بدراسة الوجه باعتباره مرآة التعبير عن الانفعالات والمشاعر الوقتية. لا على أنه مظهر معبِّر عن الطباع الثابتة في الشخصية كما كان يعتقد علماء الفراسة القدماء.

وهناك مجال واسع للبحث في تكوين الوجه ومرونة عضلاته ومظاهره التعبيرية وتجعداته ومدى علاقتها بذكاء الفرد وطباعه وأخلاقه.

ويظن الكثيرون أن العينين هما المركز الرئيسي في الوجه، إذ يمكن أن نقرأ منها الكثير عن الشخص الذي نتحدث إليه. ذلك لأنه بدوره يقرأ في عيوننا نحن كثيراً مما نشعر به نحوه هو.. ولهذا التأثير المتبادل أثر كبير في التفاهم بين الأشخاص.. ومما يساعد على ذلك ما تتميز به منطقة العين من حساسية وتنوّع في التعبير سواء أكان ذلك في حركة إنسان العين ولمعانها أو في درجة اتساع حدقة العين أو ضيقها أو في حركة الرموش أو الانضباطات والانبساطات التي تحدث حول العين وفي الحاجبين.

ولكن الدراسات التجريبية قد دلّت على أن منطقة الفم أهم بكثير من منطقة العينين في التعبير الانفعالي.

ومع ذلك فالمنطقة في الوجه تتعاون بعضها مع البعض في توضيح التعبير الانفعالي. وليس من السهل أن نقرأ التعبير الصحيح من تركيز انتباهنا على العيون وحدها أو على الفم وحده. فالمهم هو مواضع الأجزاء

بالنسبة لبعضها البعض والتغير في نسب المسافات بينها.

وقد ثبت من التجارب التي أجريت في هذا الموضوع أن ارتفاع الفم هو أهم هذه العلامات التعبيرية.. فالفم المرتفع يعبّر أحياناً عن الشباب والمرح.. ويعبر في أحيان أخرى عن الغباء وضعف الجهد.. مما يتوقف على العلامات التعبيرية في الأجزاء الأخرى من الوجه.

والواقع أن الابتسامة التي تظهر على الفم لها أثر كبير جداً في حكمنا على الشخص. ذلك لأن الابتسامة تبعث على الانشراح والسرور مما يجعلنا نحابي الشخص المبتسم، ولذا نميل عادة للحكم على الوجوه الباسمة بالذكاء والفطنة ونميل إلى الحكم على الوجوه العابسة الواجمة بالغباء... وقد لا يكون حكمنا صحيحاً لأننا تأثّرنا بالحالة التي خلقتها الابتسامة.

ولكن يجب ألا نغالي كثيراً في الاعتماد على التعبيرات الحركية في أجزاء الوجه... ذلك لأن أفراد الشعوب المختلفة لها تعبيرات مختلفة عن مشاعرها مما يجعل الاعتماد على هذه التعبيرات أمراً مرهوناً بدراسة سابقة لعادات الناس وطباعهم ومظاهرهم التعبيرية والحركية المختلفة.

الحكم على الناس من قوامهم ومشيتهم وطريقة نومهم:

يتأثر قوام الشخص وأسلوبه الحركي بعوامل ثلاثة أساسية وهي نوع العمل الذي يزاوله، والعادات التي نشأ عليها، وكذلك نوع شخصيته بصفة عامة.

ويمكن الاستدلال من هذه التعبيرات الحركية في القوام والمشي والتعبير الحركي على ما يشعر به الشخص من آثار التعب والملل.. أو اليقظة والحيوية والنشاط. وعلى ما يشعر به الشخص من تفاؤل وأمل أو ما يعانيه من هبوط ويأس.

وتظهر آثار هذه الحالات النفسية بوضوح في الحركات غير الإرادية التي يقوم بها الشخص في تحريك يديه وكتفيه وذراعيه.

ومن أهم ما يميز الأسلوب العام الشخصي في حياته طريقة نومه وتغيير أوضاعه أثناء النوم. فقد كان «أدلر» يعتقد أن الشخص المتشائم يميل للانطواء في نومه بحيث يأخذ أقل مساحة ممكنة، كما يميل لتغطية الوجه أثناء النوم.

ويقول أحد العلماء أن الشخص الذي يمشي متكاسلاً متباطئاً يكون عادة قوي العزيمة، وقد يكون ذلك دليلاً على عدم وضوح أغراضه وأهدافه كما قد يكون دليلاً على الغباء أو الخمول الانفعالي.

كما يمكن الحكم على الناس من مشيتهم من حيث درجة الثقة في النفس ودرجة الغرور أو درجة الشجاعة أو الجبن ودرجة الاندفاع والتهور أو التريث والتروي.

ويذهب أحد العلماء أبعد من ذلك فيعطي أهمية كبيرة لطول الخطوة وضغط القدمين أثناء المشي وانتظام الخطوات وسرعتها وتحديد الاتجاه في السير للأمام.

الحكم على الناس من كتاباتهم:

يختلف الأشخاص كثيراً في طريقة الكتابة من حيث السرعة، وجودة الخط، وأشكال الحروف، ووضوحها وميلها ومن حيث نظافتها والمسافات التي تترك بين الكلمات، والدقة في عدم ترك العلامات والخطوط أو التهاون فيها وكذلك الضغط على الورق أثناء الكتابة والاهتمام بنهايات الكلمات وهكذا.

ويرى بعض العلماء أن لطريقة الشخص في الكتابة علاقة بصفاته وطباعه مثل قوة الإرادة أو ضعفها ومن حيث درجة المثابرة ومن حيث الجدية في العمل ونحو ذلك. وهم يبررون ذلك بقولهم أن الكتابة لغة العقل.

٣ ـ طريقة دراسة تضاريس الجمجمة:

ومن أشهر الطرق المبنية عن الفراسة أيضاً طريقة الحكم على صفات الأشخاص وقدراتهم العقلية من شكل الجمجمة وما يكون بها من نتوءات وبروزات أو انخفاضات. ومن أشهر الباحثين في ذلك «فرانز جوزيف» (١٧٥٨ ـ ١٨٣٨) الذي نشر مجموعة من الكتب عن النواحي التشريحية للجهاز العصبي، وعن العلاقة بين شكل الجمجمة وتضاريسها وبين الصفات العقلية والخلقية للإنسان والحيوان ووظائف المخ، مما كان له أثر كبير في انتشار هذه الفكرة خلال القرن التاسع عشر، ومن أهم الأسس التي قامت عليها هذه الطريقة ما يأتي:

١ ـ أن هناك علاقة بين المخ والعقل وأن تكوين الجهاز العصبي له ارتباط بالتكوين العقلي.

٢ ـ أن العقل مقسم إلى وحدات منفصلة عن بعضها تسمى «الملكات العقلية» وأن المخ مكون أيضاً من وحدات صغيرة مستقلة عن بعضها.

٣ ـ أن كل منطقة من مناطق المخ مسؤولة عن النشاط العقلي في إحدى هذه الملكات، أي أن كل ملكة من الملكات العقلية ترتبط بجزء معين من المخ. .

٤ ـ وأهم من ذلك كله أن من الممكن تقدير حجم كل جزء من هذه الأجزاء المخّية أثناء الحياة. . وأن هناك علاقة وثيقة بين حجم العضو وقوة الملكة العقلية المرتبطة به. وأن تقدير حجم المنطقة المخية يمكن أن يعرف من حجم الجزء المقابل لها من الجمجمة.

٥ ـ وقد ذهب «جول» وأتباعه أبعد من ذلك، إذ زعموا بأن من الممكن أن يعدوا الملكات العقلية، وأن يحددوا المناطق المخية المسؤولة عن كل منها، وإن كانوا قد اختلفوا فيما بينهم في إحصاء عددها، فمنهم من قال أن العدد ٢٧ ملكة، ومنهم من قال بأن عددها ٤٢ ملكة أو أكثر من ذلك.

وقد بنى «جول» آراءه على مقارنة عدد كبير من جماجم العباقرة ونزلاء مستشفيات الأمراض العقلية وغيرهم من الأفراد، وتوصل من هذه الدراسات إلى عمل خرائط ورسوم توضيحية لمناطق المخ والملكات المقابلة لها، وبناء على هذه الخرائط كان يكتفي بفحص النتوءات أو الانخفاضات في سطح جمجمة أي شخص لإمكان الحكم على ملكاته المختلفة، كالقدرة على التخيل أو الطموح أو الشجاعة أو الذكاء أو القدرة الرياضية أو الملكة الموسيقية أو حب التملك أو القابلية أو الاعتزاز بالنفس أو التزين أو غير ذلك من الملكات الكثيرة التي أحصاها.

وقد اتضح فيما بعد أن هذه النظرية فيها كثير من الأخطاء، فمع أنه قد ثبت بالتجارب العلمية الحديثة أن هناك مناطق مخّية مسؤولة عن بعض النشاط العقلي، كالمنطقة المسؤولة عن الإحساسات، والمنطقة المسؤولة عن الحركات، والمنطقة المسؤولة عن الكلام والنطق، والمنطقة المسؤولة عن السمع، والمنطقة المسؤولة عن الإبصار... إلا أن هذا لا يصح تعميمه بالدرجة التي كان يعتقدها علماء الفراسة فليس صحيحاً. إذن أن كل صفة عقلية كالقدرة على تكوين الأصدقاء أو حب التملك أو الاعتزاز بالنفس... إلى غير ذلك لها منطقة معيّنة مسؤولة عنها في المخ أو الجمجمة.

ومن الأخطاء التي وقع فيها علماء الفراسة أيضاً زعمهم بأن نمو المناطق المخّية يتبعه دائماً نمو في مناطق الجمجمة المقابلة، فالعبرة في نضج المخ والجهاز العصبي ليست بتضخم الأجزاء أو حجمها، وإنما يتوقف النشاط العقلي على عوامل أخرى غير مجرد الحجم والبروز أو الانخفاض.

وليس هناك علاقة مطردة بين الشكل الخارجي لسطح الجمجمة وبين تكوين المخ، بل إن كبر الجمجمة قد ينتج من زيادة في تكوين العظام ذاتها بينما يكون المخ صغيراً، أو قد يرجع إلى زيادة في السائل المخي الذي يفصل بين المخ والجمجمة أو غير ذلك.

ومن أهم الأخطاء التي وقع فيها علماء الفراسة أيضاً زعمهم بأن تقوية الملكات وتدريبها يتبعه زيادة في نمو المنطقة المخّية المرتبطة بها وبالتالي في بروز المنطقة المقابلة لها على سطح الجمجمة.. وقد كانت فكرة تدريب الملكات من أهم المشكلات التي شغلت العلماء زمناً طويلاً، ولكنها كانت تبني على الأسس الخاطئة لنظرية الملكات.

١١ ـ الطرق العلمية الحديثة

لقد أثبتت البحوث والدراسات العلمية أن العلاقة بين المظاهر الجسمية الخارجية وبين القدرات العقلية ليست كبيرة بدرجة تسمح بصحة الحكم على الناس من معرفة هذه المظاهر الخارجية، وأن هذه الأحكام تصح في حالات نادرة جداً مثل حالات ضعاف العقول من طبقة المعتوهين والبلهاء أو نحو ذلك.

وعلى ذلك فلا صحة للحكم على شخص معين بأنه سيكون حجة في الأدب والعلم بمجرد أن له جبهة عريضة، أو على شخص آخر بأنه سيكون من كبار المجرمين لمجرد أن أنفه ملتو أو منخفض، أو لأن جبهته منحدرة إلى الخلف. فالحكم على الصفات العقلية يجب أن يبنى على تحليلنا وقياسنا للصفات العقلية ذاتها لا على النظر إلى الصفات الجسمية.

وعلم النفس الحديث قد وطد أركانه كعلم من العلوم عندما قام على الطريقة العلمية وتوصل إلى القوانين العامة للسلوك البشري، وعندما أخذنا بوسائل التفكير الصحيح التي تعتمد على الدراسة التمحيصية والالتجاء إلى التجريب والقياس والإحصاء وغيرها من طرق البحث العلمي.

ويمكن أن نصل إلى قياس الصفات العقلية ودراستها بعدد كبير من الطرق التي كثرت الآن وتنوّعت ولم تعد قاصرة على مجرد الملاحظة العادية أو التجريب التي يشترك فيها علم النفس مع باقي العلوم الأخرى، بل إن هناك طرقاً أخرى مختلفة يصلح تطبيقها في نواح معينة من ميادين علم

النفس، كطريقة التحليل النفسي وطريقة التأمل الباطني وطريقة المقابلة... الخ.

وسنحاول فيما يلي استعراض هذه الطرق - مع العلم بأنها تساعد بعضها بعضاً - ولذا يحسن الجمع بين أكثر من طريقة واحدة إذا أريد الوصول إلى أحكام دقيقة ونتائج سليمة، لأن لكل وسيلة أو أداة من أدوات البحث العلمي مميزات قد لا تتوفر في وسيلة أخرى، كما أن لها عيوبها ونواحي النقص أو القصور فيما يحتم على الباحث أن يأخذ في الاعتبار خطورة الاعتماد على وسيلة بعينها لتجميع ما يحتاج إليه من معلومات أو بيانات.

١ - طريقة الملاحظة:

وهي الطريقة العامة في كل العلوم حيث يعتمد الباحث فيها على الحواس التي تمكنه من إدراك المؤثرات المحيطة به في المجال الذي يعيش فيه. ولما كان المجال الخارجي مملوءاً بالكثير من الظواهر والمؤثرات المختلفة التي لا يستطيع الفرد إدراكها وملاحظتها في آن واحد، فإن ما يمكن للفرد أن يلاحظه في لحظة معينة يتوقف على عوامل كثيرة بعضها داخلي أو شخصي وبعضها خارجي.

فالشخص عند ملاحظته لما يجري حوله إنما يلاحظ الأشياء بالنسبة له فيقيس أبعادها كما يراها هو، ويحدّد علاقاتها المكانية بالنسبة له أيضاً... ويتوقف إدراكه الصحيح لها على يقظته وقوة انتباهه، وعلى خبراته الخاصة بمعلوماته السابقة، بجانب ما يكون لها من صفات ثابتة متفق عليها في المجتمع.

أنواع الملاحظة:

١ - الملاحظة البسيطة أو العابرة أو اللاعلمية وهي تلك التي تحدث في ظروف طبيعية دون ترتيب أو تفكير ولا تخضع للضوابط والمقاييس العلمية.

٢ ـ الملاحظة الموضوعية وهذه تدرس السلوك الخارجي للإنسان أو الحيوان، كملاحظة حركات الإنسان وتعبيراته ولغته وانفعالاته وتسجيل ما يصاحب هذا السلوك ـ كما أنها تعتبر المنهج العلمي الذي يتبع في دراسة ذكاء الحيوان أو التعلم والتذكر عنده ـ وتخضع هذه الدراسات للضوابط العلمية.

الصور التي تتم بها الملاحظة:

١ ـ ملاحظة منظمة يقوم بها الباحث حيث يختفي خلف حاجز زجاجي ويستطيع من خلاله مشاهدة سلوك الذين تجري عليهم عملية الملاحظة دون أن يتمكنوا من رؤيته.

٢ ـ ملاحظة منظمة يقوم بها أكثر من باحث في وقت واحد ويشتركون في عملية الملاحظة وتجمع نتائجهم لتعطي صورة أقرب إلى الحقيقة عنها في حالة الاكتفاء بملاحظ واحد.

٣ ـ ملاحظة منظمة بالمشاركة وتستخدم في دراسة جماعة من الجماعات عن طريق مشاركتهم في حياتهم اليومية، وبشرط أن يكون مقبولاً منهم.

شروط الملاحظة:

تتضمن الملاحظة ثلاث عمليات أساسية مكملة لبعضها البعض هي:

١ ـ الانتباه وقد يحدث بإرادة الشخص، وفي هذه الحالة نقول إن الشخص يلاحظ الأشياء التي ينتبه إليها ملاحظة موجهة أو ملاحظة إرادية، كما قد يحدث الانتباه بطريقة غير إرادية نتيجة ازدياد شدة بعض المؤثرات الخارجية لدرجة تضطر الشخص إلى توجيه الانتباه إليها، وفي هذه الحالة يكون الانتباه قسرياً وتكون الملاحظة في هذه الحالة عرضية إذ لم يسبق الشخص أن رسم لها خطة معيّنة.

٢ ـ الإدراك وهو العملية العقلية التي تلي الإحساس بالمؤثرات

الخارجية التي يتنبه إليها الشخص أو يلاحظها. إذ أن وقوع المؤثرات المختلفة على الحواس يتبعه انتقال الإحساسات إلى المخ، حيث يحدث التمييز وإدراك المعنى، أي أن الإدراك عملية عقلية تتضمن ما يصيغه العقل على الإحساسات المختلفة من معان تجعل لها صفة مميزة.

وطبيعي أن الإدراك الصحيح يتوقف على سلامة الحواس، كما يتوقف أيضاً على درجة وضوح المؤثرات التي يلاحظها الشخص، وكذلك على درجة الانتباه إليها والتركيز فيها.

٣ ـ وصف نتائج الملاحظة: فمن الواضح أن المعاني التي يعطيها الشخص للمدركات التي يلاحظها تتأثر كثيراً بخبراته السابقة، كما تتوقف أيضاً على عوامل أخرى في المدركات ذاتها مثل علاقة القرب أو التشابه أو الحركة أو الجدة أو نحو ذلك.

ومع أن هناك أنواعاً من المدركات بحسب أنواع الحواس كالمدركات السمعية والبصرية والشمية... إلى غير ذلك، إلا أن الحواس تشترك بعضها مع البعض في تكوين المدركات التي تنتج في الملاحظة وفي تمييزها.

وتتأثر الملاحظة في علم النفس بعوامل تتصل بطبيعة الحياة العقلية، ولهذا نجد أن نتائج الملاحظة في علم النفس لا تكون على نفس الدرجة من الدقّة كالملاحظة في العلوم الطبيعية، ويتضح ذلك جلياً إذا حللنا عملية ملاحظتنا لطفل معين أثناء لعبه مثلاً، لندرس الصفات المزاجية والانفعالية التي تغلب عنده، فمن الواضح في مثل هذه الحالة أن الطفل إذا أحس بأنه موضع الرقابة والملاحظة سيحاول أن يغطي إحساساته ويتظاهر بغير حقيقته، ولأجل هذا يحتاط علماء النفس في مثل هذه الحالات بأن يهيئوا طريقة تمكن الشخص من ملاحظة الطفل من غير أن يشعر. فمثلاً لملاحظة سلوك الطفل أثناء وجوده بالعيادات النفسية تهيأ حجرات خاصة يكون أحد جدرانها نصف شفاف بحيث يسمح رؤيته فيكون سلوكهم طبيعياً ومن غير تكلف.

الوسائل التي تستخدم في الملاحظة:

١ ـ التسجيل الدقيق: فلكي يحتفظ الباحث بنتائج ملاحظاته ينبغي له أن يكون قادراً على تدوينها بسرعة، حتى يتفرغ لمتابعة ملاحظة الظواهر النفسية التي تمر أمامه بسرعة بحيث يتمكن فيما بعد من الوصول إلى تفسير صحيح لسلسلة ملاحظاته المتلاحقة، أما الاعتماد على الذاكرة فمعرض لأخطاء كثيرة.

٢ ـ التصوير لتحديد جوانب الموقف كما يبدو في صورته الحقيقية لا كما يبدو أمام الباحث.

صعوبات الملاحظة:

١ ـ طبيعي أن طريقة الملاحظة لا تدلنا إلا على المظاهر الخارجية للسلوك وتترك لنا تفسير البواعث الداخلية لهذا السلوك. وليس من السهل دائماً أن ننجح في هذا التفسير خصوصاً إذا تعذر أن تكون الملاحظة شاملة، ولأن من الصعب أن تتكرر ملاحظة الشخص نفسه في ظروف مكانية، وزمانية مختلفة، كما أن من الصعب أحياناً أن يظهر الشخص على حقيقته من غير تكلف أو تظاهر.

٢ ـ إن وصف نتائج الملاحظة تظهر صعوبته في ميدان علم النفس أكثر من العلوم الأخرى، ذلك لأن العمليات والظواهر النفسية تحدث وتتتابع بسرعة كبيرة بحيث لا يسهل على الباحث تتبعها ووصفها والتعبير عنها باللغة التي تصفها وصفاً حقيقياً.

٣ ـ كلما كانت الملاحظة محددة بحيث يقصر الباحث ملاحظته على ظاهرة خاصة من ظواهر السلوك، كانت النتائج أكثر دقة، فمن الأسهل مثلاً ملاحظة الحالة الانفعالية في ظرف خاص على شخص معين ولكن من الصعب ملاحظة حالته الانفعالية ودرجة يقظته وانتباهه وذكائه وأخلاقه. . . وهكذا كلها في آن واحد.

٤ ـ وليس من السهل تكرار الملاحظة على ظاهرة خاصة من الظواهر

النفسية، إذ أن الخبرات النفسية لا تتكرر بنفس الصورة التي تحدث بها، فإذا لاحظت شخصاً غاضباً وأردت تكرار ملاحظة حالة غضبه مرة ثانية، فسوف لا يحدث غضبه بنفس الصورة لاختلاف الأسباب والظروف في الحالتين.

ولهذا يصح إذا أريد الاعتماد على الملاحظة أن يشترك أكثر من باحث في عملية الملاحظة في آن واحد. وأن تجمع نتائجهم لنعطي صورة أقرب إلى الحقيقة مما لو اكتفينا بملاحظة واحد منهم. إذ قد تكون ملاحظاته قاصرة على زاوية خاصة دون باقي الزوايا، وعند دراستنا لسلوك الأطفال أو الحيوانات، حيث يتعقد الموقف بحيث يحتاج إلى الكثير من التركيز وتأمل مختلف النواحي يحسن أن يقوم أكثر من شخص بالملاحظة لنفس الظاهرة، وأن يتقابل الجميع فيما بعد لاستخلاص النتائج من مجموع ملاحظاتهم.

هذا وتصلح طريقة الملاحظة في دراسة الأطفال ومرضى العقول، ومظاهر السلوك الخارجي كالتعبيرات الانفعالية والحركات العصبية. ولكنها لا تصلح كثيراً في دراسة العاديين ومظاهر السلوك الداخلي كالتفكير والتصور والتخيّل وغير ذلك من الظواهر النفسية التي لا يعرفها إلا صاحبها كالسلوك الجنسي أو المشاكل والخلافات العائلية الداخلية.

٢ ـ طريقة التأمل الباطني أو الملاحظة الداخلية:

والطريقة المثلى لدراسة تلك الظواهر النفسية الداخلية التي لا يعرفها على حقيقتها إلا صاحبها هي طريقة «التأمل الباطني» أو الاستبطان، ونعني بذلك تأمل الشخص لما يجري في باطن نفسه، وهذا ما يصح أن يسمى بالملاحظة الداخلية تمييزاً لها عن الملاحظة الخارجية.

والتأمل الباطني مبني على قدرة الشخص على ملاحظة نفسه وتتبع ما يجري في تيار شعوره من خبرات حسية أو فكرية أو انفعالية بقصد دراسة

نفسه، وهذا يتطلّب شروطاً خاصة كاهتمام الشخص ورغبته في البحث عن الحقائق النفسية، والمران على ذلك بطريقة موضوعية صادقة مما لا يتوافر في غير ذوي الثقافة العلمية في علم النفس. كما يجب أن يتم التأمل الباطني في جو من الهدوء واليقظة. وأن يسبقه من الإرشادات ما يفيد في تعرف الأحداث النفسية المتسلسلة بناء على سابق الخبرة بمثلها بحيث يستكمل التأمل الباطني بما سبق معرفته من الحقائق بالطرق المختلفة الأخرى.

وينفرد علم النفس وحده بهذه الطريقة التي تجعل كل شخص يحمل في نفسه معمله الخاص الذي يستطيع أن يتأمل فيه دائماً ليدرس ما يدور بخواطره من مدركات وأفكار وصور ذهنية وانفعالات ومشاعر، وأقرب مثال لذلك هو ملاحظة الشخص لنفسه أثناء ما يعرف بأحلام اليقظة أو شرود الذهن، حيث يمكن أن يصف الشخص ما يشغل عقله ويستحوذ على تيار شعوره في ذلك الوقت.

وواضح أن هذه الطريقة هي التي يمكن أن تصل إلى الحقيقة في الأمور التي يحاول الناس إخفاءها عن الغير، مما يعتبر من الخواطر الخاصة الداخلية الصرفة، كما أنها تفيد في تحليل الحالات النفسية ووصفها مما يفيد كثيراً في الأغراض العلمية.

ويحتاج التأمل الباطني إلى تدوين النتائج بسرعة ودقة مما يستنفذ جزءاً كبيراً من انتباه الشخص المتأمل نفسه، ولهذا يحدث أحياناً أن يؤجل الشخص تدوين نتائجه إلى ما بعد انتهاء العملية المراد دراستها، غير أن هذا يعتمد على القدرة على تذكر التفاصيل التي تتلاحق بسرعة في تيار الشعور. وتسمى عملية استرجاع تذكر ما حدث «التأمل الباطني الاسترجاعي».

وظل هذا المنهج سائداً حتى أوائل القرن الحالي ثم وجهت إليه بعض الانتقادات منها:

(أ) أن التأمل الباطني منهج غير علمي، وأن الحالات التي يدرسها حالات فردية ذاتية لا تصلح أساساً للعلم الذي يستهدف الوصول إلى المبادىء والقوانين العامة.

(ب) إن عملية التأمل الباطني من شأنها أن تستهلك جزءاً من الطاقة النفسية في عملية التأمل، مما يقلّل حدة الخواطر النفسية بحيث لا تظهر في صورتها الكاملة وصفاً أو تحليلاً، والمثال على ذلك يتضح في أن الشخص إذا حاول أن يتأمل نفسه وهو خائف ليحاول أن يصف ظاهرة الخوف في مجرى شعوره فمجرد هذا التأمل من شأنه أن يقلّل من حدة الخوف ذاته.

(جـ) كما أن هذه الطريقة تحتاج إلى قدرة تعبيرية فائقة لوصف الخواطر والمعاني النفسية وصفاً يتفق مع صورها الحقيقية، وكثيراً ما تقصر الألفاظ عن هذا التعبير الدقيق مما يجعل نتائج التأمل الباطني متوقفة على طريقة التعبير هذه. ولأجل هذا لا تصلح هذه الطريقة مع الأطفال أو ذوي القدرات اللغوية القاصرة.

ورغم الاعتراضات التي وجهت لهذه الطريقة فإنه لا غنى عنها للباحثين في ميدان علم النفس بشرط مقارنة نتائجها بنتائج طرق البحث الأخرى.

٣ ـ طريقة التجريب:

التجربة عبارة عن ملاحظة تحت ظروف محدودة يمكن التحكم فيها، وبذلك تختلف التجربة عن الملاحظة فيما يأتي:

١ ـ إن القائم بالتجربة يستطيع أن يحدد الوقت الذي تحدث فيه الظاهرة فيستعد له ويرسم خطة لملاحظته الدقيقة.

٢ ـ من الممكن في التجربة حصر الظروف وتحديد العوامل التي يكون لها أثر في حدوث الظاهرة النفسية. وهذا يسهل إعادة التجربة تحت نفس الظروف، ويمكن لباحث آخر أن يكرر التجربة ليتثبت من صحة النتائج.

٣ ـ يمكن للباحث في طريقة التجريب أن يغير في ظروف التجربة بأن يثبت بعضها ويغير البعض الآخر، ليرى الآثار المترتبة على الظروف المتغيرة. ففي عمل تجربة على أثر كل من الضوضاء ووقت العمل في إنتاج العامل من حيث السرعة والدقة مثلاً يمكن تغيير الوقت مع بقاء عامل الضوضاء ثابتاً ومقارنة النتائج، ثم تغيير الجو المحيط بالعامل من الضوضاء إلى السكون مع بقاء الوقت ثابتاً ومقارنة النتائج لمعرفة أثر كل من العاملين على حدة.

وقد بدأ التجريب في علم النفس في الظواهر النفسية المرتبطة بالظواهر الطبيعية والفسيولوجية كالإحساس والإدراك الحركي، وما لبث أن انتقل إلى التجريب في التذكر والتصور، ثم إلى الحياة الانفعالية والبواعث النفسية، إلى أن أصبح اليوم طريقة نافعة في كل الظواهر النفسية، غير أن الظواهر النفسية تختلف فيما بينها من حيث خضوعها للتجريب الدقيق، مما يتطلب الاستعانة بطرق الدراسة الأخرى بجانب التجريب للوصول إلى فهمها فهماً حقيقياً في التجريب بأجهزة وأدوات مناسبة يسهل بها قراءة النتائج.

وطبيعي أن التجريب في علم النفس قد لا يصل في دقته إلى الدرجة التي نجدها في علوم الطبيعة والكيمياء، ذلك لأن الحياة العقلية أكثر تعقيداً ولها من معنوياتها ما يجعل من الصعب تحديدها تحديداً كاملاً، فليس من السهل أن نضع الانفعال أو الصراع في حيز محدود لتجري عليه التجربة، كما نعمل في وضع أحد المعادن في أنبوبة اختبار مثلاً، ورغم ذلك فقد نجح التجريب في علم النفس حتى في النواحي المزاجية والتفكير والصراع النفسي والقدرة على التعلم وذلك بفضل الاستعانة بالتجريب في الحيوان حيث يمكن تكرار مئات التجارب، وحيث يمكن التضحية بأرواح الحيوانات أو إجراء عمليات جراحية لها مما لا يصح عمله في الإنسان.

وللتجريب على الحيوان ميزة أخرى، وهي أن خطوات العمليات

العقلية تتم ببطء نسبياً عند الحيوان، إذا قورنت تلك الخطوات نفسها عند الإنسان. ومن أمثلة ذلك تحليل عملية إدراك بعض العلاقات في أحد المواقف، وتتابع الخطوات في تفكير الحيوان، إذ يسهل على الباحث أن يتتبع هذه الخطوات ويلاحظ جزئياتها، ويحللها بشيء من الدقة التي يصعب الوصول إليها لو حاولنا تتبّع تفكير الإنسان. فتفكير الإنسان يتم بسرعة وبشكل قد لا يمكن فيه إدراك تتابع الخطوات، لأنها تتم بطريقة ضمنية في معظم الأحيان.

وهناك أمثلة كثيرة لمثل هذه التجارب، فقد قام «كهلر» بتحليل الخطوات التي توصل بها القرد إلى الاستعانة بعضوين معاً ليتوصل بهما إلى إحضار الطعام من مسافة بعيدة لا يمكن معه الوصول إليها بأحد العضوين وحده.

وقد عملت تجارب أخرى لدراسة التعلم عند القطط، ومن أمثلة ذلك أن يوضع القط وهو جوعان في قفص مقفل، ويوضع له الطعام خارج القفص بحيث يراه، فيحاول القط عدة محاولات لفتح باب القفص، وعن طريق المحاولة والخطأ يتوصل لمكان المزلاج الذي يضغط عليه فيفتح له الباب، فإذا تكررت التجربة يمكن للقط أن يتعلم طريقة فتح الباب من غير أن يحتاج للمحاولات السابقة كلها.

وعند الوصول إلى نتائج معينة من التجارب التي تجري على الحيوان يمكن التثبت من صحة هذه النتائج وانطباقها على الإنسان أيضاً. وذلك بإعادة إجراء التجارب ذاتها على أفراد قلائل من الإنسان، بقصد التحقق والتأكد فقط.

ويلاحظ أن نتائج التجريب في علم النفس تتوقف على نوعين من العوامل:

(أ) عوامل الظروف الخارجية المحيطة وما فيها من مثيرات أو حوافز أو محمسات أو عوامل معطّلة كالأصوات الخارجية وعوامل الجو وظروف

التجريب.

(ب) عوامل داخلية كحالة الشخص المزاجية، وشعوره بالتعب أو الارتياح ومبلغ حماسه للعمل، وحالته النفسية العامة وظروفه الذاتية وقت التجربة وما عنده من دوافع وبواعث.

وواضح أن من الصعب التحكم في النوع الثاني من العوامل وإنما يصح أن نأخذ دائماً في الاعتبار عن طريق التأمل الباطني الذي يساعد كثيراً عند تفسير نتائج التجربة.

ولا يصح أيضاً إهمال الفروق الفردية الطبيعية بين الأفراد من حيث الجنس والسن والذكاء والاستعداد الوراثي، إذ أن هذه العوامل كثيراً ما تسبّب الاختلاف في نتائج التجريب على مجموعة من الأفراد.

٤ ـ الطرق التتبعية:

وهي التي تعتمد على استقصاء الظواهر النفسية في فرد أو مجموعة من الأفراد للوقوف على تسلسلها. كما يحدث في دراسة النمو النفسي من ناحية معينة كالتعبير اللغوي أو النمو الانفعالي في فرد معين، حيث يتابع الباحث دراسته مدة طويلة قد تمتد إلى عدة سنوات، بحيث يدوّن خلالها نتائج ما يراه من تطور ونمو في الظاهرة النفسية، وهذه تسمى «الطريقة الطولية» لأنها تهدف إلى دراسة الظاهرة في الفرد بتتبعها طولياً في سلم نموه من الصغر إلى الكبر. ويهدف الباحث من ذلك إلى معرفة طريقة تسلسل التطور ومواعيد ظهور التغيرات النفسية من مراحل العمر في الظاهرة التي يتتبع دراستها.

ومن أمثلة ذلك خطوات تعلم المشي عند الطفل، ومظاهر النمو الحركي وتطوره منذ الولادة إلى حوالي سن خمسة عشر شهراً حيث يستطيع الطفل المشي بنفسه من غير مساعدة.

وقد تكون الطريقة التتبعية مركزة على تتبع ظاهرة نفسية معينة في مجموعة من الأفراد في قطاع مستعرض أو فترة زمنية من مراحل النمو،

كدراسة ظاهرة الميل الاجتماعي عند الأطفال في سن ٨ ـ ١٠ سنوات أو دراسة التغيرات الانفعالية والمزاجية عند السن ١٢ ـ ١٤ وهكذا. وتسمى هذه الطريقة «الطريقة المستعرضة» لأنها تهدف إلى دراسة الظاهرة النفسية في قطاع عرض معين من سلم النمو العام.

وكلا الطريقتين الطولية والمستعرضة تفيدان في الوصول إلى معايير نمو الخصائص العقلية والنفسية في مراحل الحياة المختلفة، ودراسة الطفولة ومميزاتها في مراحل العمر المتتالية، وقد يحتاج الباحث في علم النفس إلى استقصاء ظاهرة نفسية معينة في الحيوانات المختلفة للوقوف على درجة وضوحها في المراتب الحيوانية أو السلم التطوري الحيواني. وفي هذه الحالة تستعمل الطريقة التتبعية بأن تدرس الظاهرة النفسية في أفراد الحيوان في المراتب المتتابعة، ومن أمثلة ذلك تتبع الأفعال الغريزية كالميل الاجتماعي أو الدافع للسيطرة في الحشرات ثم الطيور ثم الحيوانات الثديية ثم القردة، ومقارنة النتائج بما يشاهد من الإنسان. وقد أفادت هذه الدراسات التتبعية في علم نفس الحيوان من كشف الستار عن كثير من ظواهر الحياة النفسية في الإنسان كعوامل التعلم وتكوين العادات والاضطراب الانفعالي، وتكوين الجماعات... وهكذا.

ويستعان بالطريقة التتبعية أيضاً في دراسة الحالات للوقوف على مظاهر السلوك في مراحل الحياة في الماضي والحاضر والمستقبل. فإذا أريد الوقوف على الظروف النفسية التي أحاطت بأحد مشاهير الرجال أو أحد المرضى بأمراض نفسية، يلجأ الباحث إلى تتبع حياة الشخص الماضية والوقوف على تاريخ حياته. بأن يبحث هذه الظروف مبتدئاً من حاضره إلى ماضيه القريب ثم ماضيه البعيد وظروف نشأته الأولى. كما قد يمتد التتبع إلى دراسة عوامل الوراثة التي أثرت عليه، مما يعتبر تتبعاً إلى الماضي أو إلى الخلف. وهذا هو ما يحدث أيضاً من طريقة التحليل النفسي.

وقد يحدث التتبع إلى الأمام بأن نبدأ بالطفل المطلوب بحث حالته

كالطفل الموهوب أو الضعيف العقل مثلاً، ونضعه موضع الملاحظة والدرس ونتابع تقدم حياته وما يطرأ عليه من تقدّم أو تأخر لمعرفة ما تتوقعه له مستقبلاً. ومن الممكن أن تقيس مدى اتفاق ذلك التنبؤ مع نتائج المقاييس المبنية على دراسة حاضره. وهذه الطريقة التتبعية إلى الأمام هي التي يجب أن يسير عليها الباحثون في العلاج النفسي وفي الإصلاح الاجتماعي، حيث لا يصح أن تترك الحالة بمجرد الانتهاء من بحثها وعلاجها، بل ينبغي أن يتابع الباحث الإشراف عليها مدة طويلة في المستقبل للاطمئنان على نجاح العلاج.

وواضح أن الدراسة الكاملة هي التي تجمع بين التتبع نحو الماضي والتتبع إلى الأمام أيضاً، حتى تتكوّن لدينا صورة متكاملة عن الفرد في ماضيه وحاضره ومستقبله تعبر عن الوحدة الحقيقية لشخصيته. وهذا هو ما يحدث في طريقة دراسة الحالات، حيث تجمع فيها البيانات والمعلومات من الشخص نفسه ومن المحيطين به، وعن حاضره وماضيه وعن شعوره بالمشكلة التي يبحث من أجلها، ويتتبع الباحث الحالة في البيئة المنزلية والمدرسية والاجتماعية.

ويفرد لكل حالة سجل خاص يجمع فيه كل ما يمكن الحصول عليه مما يفيد في بحث الحالة. وخير مثال لذلك هو ما يحدث في العيادات السيكلوجية حيث تكون دراسة الحالات على أكمل صورة. لأن هذه الدراسة تشمل النواحي الجسمية والنفسية والاجتماعية ثم نتائج ما يجري من الاختبارات والمقاييس التشخيصية، ونتائج ما يعطي من الإرشادات والعلاجات، والعوامل الذاتية والخارجية التي تؤثر في الحالة، بحيث يكون الملف الخاص بالحالة مرآة صادقة لها، وبحيث ينظر للحالة نظرة كلية مبنية على خطوات الدراسة التتبعية في الماضي والحاضر والمستقبل.

٥ ـ طرق المقارنة:

وأساس هذه الطرق هو الموازنة بين الأفراد والجماعات لمعرفة الصفات

المشتركة بينها، أو الصفات التي يظهر فيها الاختلاف، ودرجة التشابه أو الاختلاف تحت تأثير بعض العوامل أو الظروف المراد دراستها.

وفي هذه الظروف يلجأ الباحث إلى مختلف الطرق الأخرى في البحث كالملاحظة وإجراء التجارب وجمع البيانات والتحليل الإحصائي والاختبارات المختلفة ليبني عليها ما يريد من مقارنات.

ومن أمثلة ذلك الدراسات التي تجرى للمقارنة بين البنين والبنات لمعرفة الفروق بين الجنسين في صفات معينة، فقد دلّت هذه الدراسات مثلاً على تساوي الجنسين في الذكاء بصفة عامة، وإن كانت الحالات المتطرفة في العبقرية من ناحية ومن الضعف العقلي من ناحية أخرى تكثر في حالة البنين عنها في البنات، بمعنى أن البنات أكثر تجانساً كمجموعة من البنين.

كما دلّت هذه الدراسات على تفوق البنين عن البنات في القدرات الرياضية والميكانكية بينما يتفوّق البنات عن البنين في القدرات اللفظية والقدرات اللمسية.

وقد تحدث المقارنة بين الأفراد من بني الإنسان في أعمار معينة وبعض الحيوانات لمعرفة مدى تشابه تصرفات الإنسان بتصرفات تلك الحيوانات، أو درجة القدرة على التعلم التي يمكن أن يصل إليها الحيوان بمقارنة بالإنسان.

وقد دلت هذه الدراسات على أن بعض الحيوانات تفوق الإنسان في حدة حواسها مثلاً فالكلب أقدر من الإنسان في حاسة الشم، والطيور أكثر قدرة على الإبصار من الإنسان، والأسماك أكثره قدرة على تذوق الطعم من الإنسان، وهكذا.

كما دلت هذه الدراسات على أن القردة تستطيع أن تتعلم بعض التصرفات التي يتعلمها الأطفال ولكنها لا تستطيع مواصلة التقدم في تعلمها كما في حالة أطفال الإنسان. كما أن قدرتها على تعديل تصرفاتها أقل

كثيراً من قدرة الإنسان.

ومن الممكن أن تحدث مقارنات علمية بين جماعات متكافئة من الأفراد للوقوف على أثر بعض العوامل فيهم، وذلك بتعريض إحدى المجموعات لتلك العوامل المراد دراسة آثارها وعدم تعريض المجموعة الأخرى لها ثم قياس الفروق الناتجة من ذلك.

من أمثلة هذه المقارنات ما يجري في علم النفس الصناعي من دراسة آثار عوامل التعب بسبب عدم إعطاء فترات كافية للراحة، أو دراسة آثار العمل في ظروف معينة من حيث الإضاءة، أو من حيث تغيير وضع المواد والأدوات أمام العمال. . . وغير ذلك، وكذلك ما يحدث في علم النفس التعليمي من التدريس لأحد الفصول المدرسية بطريقة الكتاب المدرسي والتدريس لفصل آخر مكافىء للأول بطريقة الفانوس السحري أو السينما ومقارنة نتائج الطريقتين في الفصلين. . وهكذا.

وهناك تجارب أخرى للمقارنة بين الإخوة أو بين التوائم لدراسة مدى الاتفاق والتشابه بينهم في التصرف إزاء موقف معين، وهناك أمثلة كثيرة لهذه التجارب التي دلت على أهمية عامل الوراثة في تشابه التوائم في الكثير من الصفات برغم تعريضهم لأنواع مختلفة من التجارب المكتسبة، كما دلّت على وجود درجة من الاختلاف أيضاً فلكل واحد طابعه الخاص في شخصيته.

وربما تحدث المقارنة كذلك بين الأفراد أو الجماعات من أجناس أو بيئات مختلفة للوقوف على ما يوجد بينهم من اختلافات في العادات والتقاليد والنظرة إلى الأمور وأساليب السلوك المختلفة. وقد دلت هذه الدراسات مثلاً على أن مركز المرأة بالنسبة للرجل يختلف من بيئة إلى أخرى، حيث نجد أن تسلط المرأة على الرجل يعتبر أمراً عادياً في بعض القبائل بينما يعتبر ذلك شذوذاً في البيئات الأخرى.

٦ ـ طرق الاختبارات النفسية والقياس العقلي:

إن الطريقة المثلى لمقارنة الأفراد ومعرفة قدراتهم العقلية ونواحي القوة والضعف فيهم، هي الالتجاء إلى الاختبارات ووسائل التقدير والقياس العقلي، التي تعتبر من أهم عوامل التقدم العلمي لعلم النفس.

وقد كثرت الآن الاختبارات النفسية وتنوعت طرائقها بحيث أصبحت تشمل جميع قطاعات النفس البشرية. فهناك اختبارات للذكاء العام والقدرات العقلية الخاصة كالقدرة الميكانيكية والقدرات الرياضية. وهناك اختبارات لقياس القدرات المكتسبة كالتحصيل المدرسي والمهارات الفنية.

وهناك اختبارت تقيس الاستعداد للنجاح في مهنة معينة كاختبارات القدرة على النجاح في الوظائف الكتابية واختبارات القدرة على النجاح في الأعمال التجارية، كما أن مجال الاختبارات النفسية قد اتسع حتى أصبح يشمل نواحي الشخصية المزاجية والخلقية أيضاً.

واتخذت الاختبارات صوراً كثيرة، فمنها الاختبارات الجمعية والفردية، ومنها الاختبارات اللفظية التي تصلح للمتعلمين، والاختبارات غير اللفظية التي تصلح لمن لا يعرفون القراءة والكتابة، كما أن الاختبارات لم تعد قاصرة على قياس ما يدلي به الشخص نفسه من إجابات، بل أيضاً ما يمكن أن يحكم به الغير على الشخص، ممن يكونون قد اختلطوا به، بدرجة تسمح لإعطاء وجهات نظر وأحكام مفيدة على الفرد المراد اختباره. ولهذا تتخذ الاختبارات صورة استفتاء يوجه للشخص نفسه أو لغيره ممن يحيطون به وتشمل هذه الاستفتاءات مجموعات من الأسئلة التي تغطي قطاعات معينة من الشخصية المراد قياسها والحكم عليها.

وتمتاز الاختبارات النفسية بكونها مقننة، أي سبق تجريبها على مجموعة كبيرة من الأفراد، وثبتت صلاحيتها ما هو مفروض أن تقيسه بصفة موضوعية بعيدة عن الهوى والرأي الشخصي سواء من حيث طريقة إجراء الاختبار أو طريقة التصحيح. ولكل اختبار من الاختبارات النفسية

تعليماته وطريقة إجرائه ومفتاح إجابته الصحيحة، وتدريجه الخاص في صورة معيار يستفاد منه في الحكم النهائي على الشخص من نتيجة هذا الاختبار.

ولقد امتدت الاختبارات النفسية إلى قياس الصفات الخلقية والاتجاهات العقلية نحو أمور الحياة المختلفة، كما أصبح من الممكن الآن عمل اختبارات لقياس صفات النجاح في القيادة والرئاسة وصفات التعامل الاجتماعي وغير ذلك. بل إن الباحثين في علم النفس قد وصلوا إلى تصميم اختبارات للمواقف الفعلية المقننة، بحيث يمكن أن يوضع الشخص في موقف معين تحت الاختبار ونصل إلى الحكم على قدرته على القيام بدور معين بما نلاحظه في تصرفاته.

وقد كان لهذه الاختبارات فائدة ملموسة في التوجيه الحربي في الحرب العالمية الأخيرة. وواضح أن الاختبارات النفسية هي أساس التوجيه التعليمي والمهني والحربي وكل ما يتصل بدراسة الفروق الفردية والحكم على الأشخاص من العاديين والشواذ.

٧ ـ طرق التحليل الإحصائي:

ليس الإحصاء قائمة بذاتها، وإنما الإحصاء وسيلة مساعدة تسهل عرض نتائج الطرق السابقة بلغة الإحصاء التي تتميز بالاختصار والدقة وسهولة العرض، والتي تعتمد على ترجمة النتائج الوصفية إلى لغة الأرقام والرسوم البيانية وغيرها، ووضع النتائج في صورة إحصائية يساعد على الوقوف على الاعتماد عليها ودرجة الثقة في مبلغ دلالتها.

ومن أهم النواحي التي تبرز فيها قيمة الإحصاء عرض النتائج التي أجريت على مجموعة كبيرة من الأفراد في جداول أو رسوم بيانية، وفي الدراسات المقارنة التي تعتمد على حساب الفروق بين المتوسطات أو مدى الانحراف عنه، وكذلك المقارنة المبنية على حساب ما يسمى معامل الارتباط بين المتغيرات.

ووضع النتائج في الصورة الإحصائية، كما يحدث في جداول معاملات

الارتباط مثلاً، ليسهل إخضاع هذه النتائج لخطوات أخرى من التحليل الإحصائي الذي يؤدي لإبراز العوامل الرئيسية في هذه النتائج ، كما يحدث في طريقه التحليل العاملي التي تعتبر ميداناً واسعاً لدراسة القدرات العقلية والصفات الشخصية المختلفة.

ويمكن بالاستعانة بالإحصاء أن نعبّر عن النتائج التي تملأ كثيراً من الصفحات والتي استغرق البحث فيها شهوراً وسنين أحياناً بطريقة مختصرة وذلك بعرضها في رسوم جبرية ذات معان جزلة، كما يحدث في طريقة السيكوجراف مثلاً التي تعرض بها نتائج مجموعة اختبارات في آن واحد ويمكن الحكم على النتيجة العامة بنظرة واحدة إليها.

ومن هذا يتبين أنه لا غنى للباحث في علم النفس عن الاعتماد على هذه الطرق الإحصائية، مهما كانت طريقة الدراسة التي يعتمد عليها، ومهما كانت الظاهرة النفسية التي يهتم بها.

وقد أدى تضخّم المعلومات والنظريات والآراء التي وصل إليها علم النفس إلى الاضطراب للالتجاء للغة الإحصاء للتعبير عنها في منشورات علم النفس ومجلاته العلمية، بحيث أصبح من المتعذر الآن على من يجهل طرق الإحصاء أن يتابع التقدم العلمي الحديث في علم النفس، وهذا ينطبق أيضاً على العلوم الأخرى، التي أصبح من الضروري للباحث النفسي أن يكون قادراً على مسايرتها، وعلى الوقوف على أحدث نتائجها عن طريق الاطلاع على الصور الإحصائية التي تعالج هذه النتائج.

ولما كانت هذه النتيجة الإحصائية مبنية على الإلمام بقدر معلوم من العلوم الرياضية كالجبر والهندسة فإن الدراسة العليا في علم النفس تتطلب استعداداً خاصاً في هذه العلوم الرياضية ليتمكن الفرد من متابعة هذه الدراسات بدون إرهاق وضيق.

ولهذا نجد أن الجامعات الحديثة قد جعلت دراسة الإحصاء إجبارية لطلّاب البحث للمؤهلات العليا كالماجستير والدكتوراه حتى يتسلح

الطالب بهذه اللغة التي لا غنى عنها لمن يريد أن يواكب التطور العلمي الحديث.

٨ ـ طريقة المقابلة:

المقابلة أو «الإختبار الشخصي» طريقة تفيد في دراسة الأفراد للحكم على شخصيتهم، ويلجأ إليها الباحثون عادة كوسيلة للمفاضلة بين الأفراد والموازنة بينهم، من حيث مدى صلاحيتهم لعمل معين كما في حالة اختيار الموظفين للوظائف المناسبة لهم حيث يمكن عن طريق المقابلة استبعاد غير الصالح منهم، أو ترتيب المتقدمين للوظيفة بحسب الأفضلية والصلاحية للمهنة المطلوبة.

وقد يكون الغرض من المقابلة للحصول على معلومات وبيانات معينة عن الشخص أو غيره ممن لهم صلة بهم، وفي هذه الحالة يهيأ الجو الودي الذي يسمح بالإفضاء بكل ما يراد معرفته.

على أن أهم أغراض المقابلة أن يدرس الشخص دراسة شاملة بطريقة مباشرة، وبالحديث إليه مما يثير نواحي نفسيته، بقصد تشخيص نواحي الضعف ونواحي القوة عنده.

وقد يكون للمقابلة غرض علاجي كما يحدث في العيادات النفسية، حيث يقضي المعالج مع المريض جلسات خاصة، يتم فيها فهم نفسية المريض وأسباب مشكلاته ويقوم المعالج بتحليلها ومساعدة المريض على التغلب عليها بالطرق التي يراها.

وتتميز طريقة المقابلة عن طرق البحث الأخرى في كونها تمكّن الباحث من الوصول إلى أهدافه بطريقة سريعة، وعن طريق الاتصال الشخصي المباشر الذي يساعد على تكوين فكرة شاملة عن الشخصية في مجموعها. الأمر الذي تعجز عنه طرق القياس والتقديرات الأخرى كالاختبارات والاستفتاءات.

وعن طريق مقابلة الباحث للشخص المراد دراسته وجهاً لوجه، يمكن

ملاحظة ما يبدو عليه من تغييرات انفعالية وحركية، وأن يستشف ما وراء أحاديثه وتعبيراته من آراء وأفكار واتجاهات نفسية. وأن يصل إلى حكم تقريبي عن صفاته الخلقية ومبادئه وأساليبه الخاصة في الحياة، كما يمكن أن يحكم الباحث على مقدار ذكاء الشخص من أحاديثه ومناقشاتها، وأن يقف على قدراته المختلفة من حيث التفكير والتذكر وطلاقة التعبير، وأن يدرك مدى إحاطته بالمعلومات العامة الجارية أو المعلومات الأخرى التي تهدف إليها المقابلة.

- ولطريقة المقابلة قواعد ومبادىء ينبغي مراعاتها ومن أهمها ما يأتي:

١ - أن يسود الجلسة جو ودّي إنساني بحيث لا يقف المختبر موقف المحقق أو موقف المستجوب وإنما تدور المناقشة بشكل طبيعي بحيث لا يكون هناك مجال للتحفظ أو الارتياب أو المقاومة أو التضليل، ولا يتم ذلك إلا بضمان الثقة الكاملة بين الطرفين.

٢ - المختبر الناجح هو الذي يستطيع أن يستمع أكثر مما يتحدث ليتيح الفرصة الكافية للشخص الذي يقابله للتعبير عن نفسه بطلاقة وحرية كافية، فموقف المقابلة ليس مجال إظهار العلم أو الكفاءة من المختبر، وإنما هو مجال لإظهار وتوضيح حالة المفحوص.

٣ - لا يصح تسفيه رأي المفحوص أو التحمس ضد أفكاره، أو تعنيفه على أخطائه أو جرح شعوره، بل بالعكس يجب أن يكون موقف المختبر سلبياً ومستمعاً، ومشجّعاً على أن يظهر المفحوص على حقيقته وأن يعرض نفسه جيداً بحسناته وسيئاته.

٤ - يجب أن يكون كل ما يدور في فترة المقابلة وما يستنتج منه أمراً سرياً، بحيث لا تستغل ضد المفحوص في أمور خارجية، ولا يجوز بأي حال إفشاء هذه الأسرار أو استعمالها في غير غرض المقابلة.

٥ - يجب أن تسجل الملاحظات ونتائج المقابلة بطريقة لا يشعر بها المفحوص، ويحسن أن يكون ذلك بطريقة جهاز التسجيل الصوتي، كما

يمكن الاكتفاء بتسجيل النقط الرئيسية بالرموز المختصرة، على أن يتم التسجيل الشامل بعد انتهاء المقابلة.

٦ ـ يكون المفحوص أثناء المقابلة موضع الملاحظة الشاملة بحيث لا يكتفي بالاستماع لأحاديثه أو إجاباته على بعض الأسئلة، وإنما المهم أن نعرف اتجاهاته وما وراء إجاباته وأحاديثه، وأن نلاحظ ما يبدو عليه من تصرفات حركية أو علامات للقلق أو تغييرات انفعالية، وتكون كل هذه الملاحظات بحيث لا يحسّ بأنه موضع المراقبة الفاحصة.

٩ ـ طريقة بحث الحالات:

هذه الطريقة تهمّ الأخصائي الاجتماعي بصفة لأنها تفيده في ميدان خدمة الفرد حيث يقوم بدراسة كل حالة على حدة دراسة شاملة تتناول أفراد الأسرة والعلاقة بين كل منهم، وكذلك المستوى الثقافي والاجتماعي والاقتصادي فيها، والأمراض التي أصيب بها العميل، والظروف التي تسببت في مشاكله الحالية مع تناول ظروف الشخص في ماضيه وحاضره ومستقبله.

وتظهر أهمية هذه الطريقة في الحالات الفردية التي تستحق الدراسة العميقة الشاملة لأن بحث الحالات يستنفد وقتاً طويلاً وجهداً كبيراً، ولا نستخدم هذه الطريقة في حالات العاديين، وإنما نلجأ إليها في الحالات الشاذة مثل بحث حالات ذوي العاهات، وحالات الشذوذ والانحراف، وتلك التي تستحق الرعاية الاجتماعية الخاصة. وربما تستخدم هذه الطريقة أيضاً في بحث حالات العباقرة والمتفوقين أو القادة البارزين في حياتهم.

وهناك عدة طرق لبحث الحالة منها كتابة مذكرات يومية عن الفرد منذ طفولته، وتسجيل كل ما يمكن ملاحظته عنه في أي مرحلة من مراحل نموه. ومن هذه الطرق جمع المعلومات والملاحظات عن ماضي العميل عن طريق توجيه بعض الأسئلة إليه أو إلى مرافقيه الذين عاشوا معه أطول مدة في حياته وهذه الطريقة تعتمد على الذاكرة.

وأوضح ميدان لاستخدام طريقة بحث الحالات هو ميدان عيادات العلاج النفسي، وهذه العيادات تضم مختصين في علم النفس والطب النفسي والخدمة الاجتماعية، وعندما تبحث إحدى الحالات تحول إلى كل من هؤلاء المختصين أي أنها تدرس من الجوانب الثلاثة: الجسمية والنفسية والاجتماعية لمعرفة أسبابها ووسيلة العلاج الذي يتطلب عادة تعاون فريق.

١٠ ـ الاستفتاء:

هو وسيلة من وسائل جمع المعلومات التي تستخدم في البحوث النفسية والإجتماعية ويعرف أحياناً بالاستبيان، وهو في العادة عبارة عن استمارات بها عدد من الأسئلة والمواقف التي تدور حول مشكلة رئيسية ويراد أخذ رأي المختبر فيها إذا صعبت مقابلته شخصياً أو كان المطلوب أخذ رأي مجموعة كبيرة يحتاج إلى وقت وجهد كبير في حالة المقابلة الشخصية.

والاستفتاءات من حيث طريقة إجابتها نوعان: الاستفتاءات غير المقيدة أو ذات الاستجابات الحرة، والاستفتاءات المقيّدة، وسنتناول كلاً منها بإيجاز:

أولاً ـ الاستفتاءات غير المقيّدة أو ذات الاستجابات الحرة:

يتميز هذا النوع من الاستفتاءات بقلة عدد الأسئلة وأن يترك للفرد ليجيب بكل ما يجول بخاطره وما يدركه نحو موضوع معين.

ويستخدم هذا النوع في الميادين الجديدة التي لم يسبق دراستها وبحثها للتعرف على أهم مشكلاتها والعوامل الرئيسية التي تؤثر فيها. ويعطي هذا النوع من الاستفتاءات الفرصة للمستفتى لبيان وجهة نظره وذلك بعكس الاستفتاءات المقيّدة «ذات الإجابات المحدّدة» التي ينساق إليها المستفتى دون وعي أو تفكير ويمكن من تحليل استجابات المستفتي على هذا النوع التعرّف إلى درجة أهمية المشكلات المختلفة.

ومما يؤخذ على هذا النوع من الاستفتاءات أنه يصعب تحليل نتائجها إحصائياً وذلك بمقارنتها بالاستفتاءات المقيّدة.

ورغم أنها تعطي صورة حقيقية للتعبير الصادق عن آراء الأفراد إلا أنها تتأثر كثيراً بالظروف الشخصية التي تحيط بهم مما يجعل بعضهم يندفع نحو مشكلة ما قد لا تكون من المشكلات الرئيسية التي تتعلّق بالموضوع ويضاف إلى ذلك أن هذه الطريقة قد تؤدي إلى إغفال كثير من المشكلات الهامة وذلك لعدم إشارة الأفراد إليها.

ثانياً ـ الاستفتاءات المقيدة:

عبارة عن عدة أسئلة كثيرة ذات إجابات محددة يختار منها المستفتي الإجابة التي ترضيه وتناسبه وهذه الإجابات تختلف حسب نوع الاستفتاء وغرضه وما يهدف إليه، فإذا كان المطلوب أخذ رأي الأفراد تجاه مشكلة ما بالإثبات أو النفي فقط كانت الإجابة بنعم أو لا، أما إذا كان المطلوب معرفة درجة بعض المواقف والمشكلات وأثرها بالنسبة لبعض الأشخاص فتكون الإجابة باختيار أحد مراتب مقياس التقدير التي قد تكون ثلاثية أو خماسية أو أكثر وهذا المقياس يندرج في كل سؤال من النفي المطلق إلى النفي المعتدل إلى التأييد المعتدل المطلق، كما في المثالين الآتيين:

١ ـ هل توافق على تدريس أكثر من لغة أجنبية في المرحلة الإعدادية؟

أوافق.

لا أدري.

لا أوافق.

وهذا النوع من الإجابة لا يبين الدرجة التي يوافق أو لا يوافق بها الشخص.

٢ ـ هل توافق على تدريس أكثر من لغة أجنبية في المرحلة الإعدادية.

أوافق بشرط.

أوافق.

لا أدري.

لا أوافق.

لا أوافق أبداً.

وفي هذا النوع من الإجابة تتضح الدرجة التي يوافق بها الشخص على الإجابة وعند إجابة المستفتي يضع خطاً تحت الإجابة التي تناسبه.

ويجد الباحث عناءً كبيراً في وضع استفتاء مقيّد وذلك لحاجته لتحديد المواقف والمشكلات وكل ما يتعلق بالموضوع المبحوث، وعادة ما يحدد تلك المشكلات بعمل عدة مقابلات شخصية للأفراد المعنيين بالمشكلة أو إجراء استفتاء غير مقيد لإلقاء الضوء الكامن على الموضوع أي أنه يلزم قبل وضع الاستفتاء المقيّد التعرف على جميع جوانب الموضوع بإحدى الطريقتين السابقتين أو كلتيهما حسب ما يتفق مع إمكانيات الباحث. وزيادة على ذلك فإن بعض الباحثين يذهب إلى أبعد من هذا فيقترح أنه حتى بعد عمل استفتاء في بحث من بحوث المسح الاجتماعي يفضل أن يقوم الباحث ببعض المقابلات الشخصية أو في النتائج التي أظهر البحث أهميتها.

هذا ويمكن تقييم الاستفتاءات المقيدة إلى أربعة أنواع كالآتي:

١ ـ استفتاء الانتخاب.

٢ ـ استفتاء التدريج.

٣ ـ استفتاء المقارنة الازدواجية.

٤ ـ استفتاء الترتيب.

ويتوقف هذا التقسيم على أنواع أسئلة الاستفتاء والإجابات المحددة لها وطرق رصد إجابات الأفراد والطريقة المستخدمة لمعالجة تلك الإجابات من الناحية الإحصائية وتفسير نتائجها علمياً... وسنتناول كلاً منها بالتفصيل:

(أ) استفتاء الانتخاب:

يعطي في هذا النوع من الاستفتاءات للمستفتى عدة أسماء أو مواقف و مشكلات ويترك له الحرية الكاملة في اختيار أنسب وأحب الاستجابات بالنسبة له، ونظراً لسهولة هذه الطريقة من ناحية وضعها وتفريغ نتائجها وتحليل هذه النتائج إحصائياً فقد شاع استخدامها في كثير من الميادين المختلفة مثل الميدان السياسي الذي تسير فيه طريقة اختيار الأفراد أو الزعماء على طريقة الانتخاب المعروفة. وتطبق هذه الطريقة أيضاً في المدارس لاختيار رواد الفصول وما إلى ذلك. وكذا تطبق في النواحي الاجتماعية لمعرفة حاجات ومطالب البيئة وأي الحاجات تكون ملحة بالنسبة لسكان تلك البيئة.

من أمثلة هذا النوع من الاستفتاءات ما يأتي:

ما أنسب كلية تريد الالتحاق بها؟

١ ـ كلية الاقتصاد والعلوم السياسية.
٢ ـ كلية الهندسة.
٣ ـ كلية العلوم.
٤ ـ كلية الطب.
٥ ـ كلية الصيدلية.
٦ ـ كلية التربية.
٧ ـ كلية الحقوق.
٨ ـ كلية التجارة.
٩ ـ كلية الآداب.
١٠ ـ الكلية الحربية.

(ب) استفتاء التدريج:

هذا النوع من الاستفتاء ترتب فيه المواقف والاستجابات المختلفة ترتيباً تدريجياً بحيث لا يتقدم أحد هذه المواقف على الآخر وبذلك يحصل على تدريج شامل يصل بنا إلى غايته المنشودة كما في الأمثلة التالية:

١ ـ التدريج من النفي إلى الإثبات مثل:

هل توافق على إدخال التعليم المشترك في جميع المراحل التعليمية؟

ويمكن للمجيب أن يختار الإجابة من بين الاحتمالات الآتية: (أوافق،

أوافق إلى حد ما، لا أدري، أرفض إلى حد ما، أرفض).

٢ ـ تدريج مدى التباعد النفسي والاجتماعي مثل:

رتب الشعوب التالية ترتيباً يدل على درجة ميلك نحو كل منها:

(فرنسا ـ انجلترا ـ يوغسلافيا ـ أمريكا ـ الهند ـ روسيا).

(جـ) استفتاء المقارنة الازدواجية:

جوهر هذه الطريقة هو المقارنة الازدواجية، ولذلك فإن كل سؤال من أسئلة الاستفتاء يتكون من مقارنة موضوعين والمجيب يفضل أحد الموضوعين ويتضح ذلك من المثال الآتي:

ضع خطاً تحت الكلمة التي تفضلها في كل زوج من الأزواج التالية:

ـ كلية الاقتصاد   كلية التجارة

ـ كلية الهندسة   كلية الطب

ـ كلية الزراعة   كلية العلوم

(د) استفتاء الترتيب:

يتكون مثل هذا الاستفتاء من عدد من الموضوعات التي يراد ترتيبها ترتيباً يعتمد في جوهره على نوع الاتجاه المراد قياسه. ويتضح ذلك من المثال الآتي:

رتّب الأماكن الآتية من وجهة نظرك حسب ميلك نحوها وحبك لها بحيث يكون المكان الأول أكثر أهمية والأخير أقلها:

النوادي الرياضية ـ النوادي الثقافية ـ النوادي الاجتماعية ـ المقاهي ـ دور السينما ـ النزهات الخلوية ـ الزيارات المنزلية.

مميزات الاستفتاء الجيد:

١ ـ أن يراعي الباحث المستوى التعليمي والثقافي لمن يوجه إليهم الاستفتاء.

٢ ـ أن يلم الباحث بكل نقاط الموضوع الذي يبحثه وذلك بأن يجمع المعلومات التي تتعلق بموضوع البحث بشتى الطرق وقبل وضع الاستفتاء.

٣ ـ على الباحث أن يحدد في أول الأمر المشكلة المراد بحثها تحديداً علمياً دقيقاً، ثم يدرس هذه المشكلة دراسة تفصيلية لمعرفة كل النقاط الرئيسية والخطوط العريضة التي تتعلق بها حتى يضع أسئلة لكل نقطة معينة، ومن مجموع تلك الأسئلة على كل نقطة يتكوّن الاستفتاء وبذلك يتجنب الباحث التعرض لمسائل فرعية أو جانبية تخلط عليه الأمر.

٤ ـ شكل الاستفتاء وطريقة طباعته وإعداده ونوع الورق المستخدم وتوزيع الأسئلة وترك مسافة كافية للإجابة عليها وتنظيمها تبعاً للطريقة الإحصائية التي سوف تستخدم في استخلاص نتائجها. . تعتبر من الأمور البالغة الأهمية.

٥ ـ أن تصاغ الأسئلة في أسلوب سهل مفهوم لا يحتمل أكثر من معنى ولا يشتمل على أكثر من فكرة وبذلك يسهل على المستفتى معرفة المقصود من السؤال فلا يلتبس عليه الأمر وكلما كان السؤال موجزاً كان واضحاً. ولا يكون الاستفتاء طويلاً حتى لا يبعث على الملل، وأن تتوافر في الأسئلة سهولة تفريغ البيانات.

٦ ـ أن يبدأ الاستفتاء بالأسئلة السهلة ثم تتدرج في الصعوبة حتى تثير اهتمام وحماس ورغبة المستفتى في الإجابة عنها إلى أن ينتهي الاستفتاء بأكثر الأسئلة صعوبة وتسمى مثل هذه الطريقة نموذج القمع.

٧ ـ من الجدير بالاهتمام أن يكون السؤال محدداً بناحية خاصة ينصب عليها حتى تسهل الإجابة عليها وبذلك نتجنب أن يكون

السؤال عاماً مانعاً يصعب تفريغ نتائجه.

٨ ـ إذا كانت الإجابة على أسئلة الاستفتاء تتطلب كلمة واحدة مثل نعم أو لا فمن المستحسن وضع هاتين الكلمتين على امتداد السؤال ويطلب من المستفتى أن يضع خطاً أو دائرة حول الإجابة التي تناسبه. وإذا كان السؤال يحتمل عدة إجابات فيجب كتابتها بعد السؤال مباشرة ويطلب من المجيب أن يضع علامة معينة تشير إلى الإجابة التي يراها. أما إذا لم يستطع الباحث تحديد كل الإجابات الممكنة لهذا السؤال فعليه أن يترك فراغاً ليتيح الفرصة للمستفتي حتى يضع إجابته.

٩ ـ يلاحظ أنه لا يوجد عدد محدد لأسئلة الاستفتاء وإنما يتحدد عددها طبقاً لطبيعة الموضوع وقدرة المجيبين عليه.

١٠ ـ هناك بعض أسئلة توحي بإجابات معينة مثل الأسئلة التي تستخدم فيها أداة التعريف ووجد أن أقل الأسئلة إيحاءً هي التي لا تستخدم فيها أداة التعريف. وذلك بناء على البحث الذي قام به «ماسكيو» عن صيغة السؤال ونشره في المجلد الثامن من مجلة علم النفس البريطانية.

ـ تطبيق الاستفتاء:

هناك عدة طرق يمكن استخدامها عند تطبيق أو إجراء الاستفتاء وتختلف هذه الطرق تبعاً للعدد المجيب على الاستفتاء ودرجة تعليم من يطبق عليهم ومدى أهمية المشكلة بالنسبة لهم، والقائم بعمل الاستفتاء سواء أكان فرداً أو هيئة علمية حكومية ونوع المادة المطلوب الإجابة عليها والضمانات المقدمة لسرية الإجابات التي يحصل عليها الباحث من المجيبين وغير ذلك من العوامل.

ويمكن أن نلخص الطرق المستخدمة في تطبيق الاستفتاءات فيما يأتي:

أولاً ـ الاستفتاء عن طريق المقابلة الشخصية.

ويتطلب هذا النوع إنتقال الباحث إلى مكان المستفتى ليواجهه وجهاً لوجه ويطلب منه الإجابة عن الأسئلة التي سيقرأها عليه أو يذكرها له من الذاكرة.

وهناك طريقة أخرى للمقابلة يستخدم فيها الباحث صندوقاً مغلقاً توضع فيه الاستفتاءات بعد ملئها، وفي هذه الطريقة يقابل الباحث المستفتى ويشرح له الاستفتاء والغرض منه، ثم يسلمه له ويطلب منه أن يجيب عن أسئلته في وجوده، وبعد أن يملأ الاستفتاء يضعه في الصندوق.

ثانياً ـ الاستفتاء عن طريق البريد:

وفي هذه الطريقة يقوم الباحث بإرسال الاستفتاء عن طريق البريد ثم يتلقى الإجابات. وقد لوحظ أن هذه الطريقة هي أقل تطبيق الاستفتاءات من حيث التكلفة. وهي تترك الحرية الكاملة للمستفتى للإجابة عن الأسئلة وخصوصاً إذا لم يكن من المحتم عليه كتابة إسمه وإظهار شخصيته. ولكن هذه الطريقة تقابلها عدة صعوبات وأهمها عدم ضمان وصول جميع الردود على الاستفتاءات المرسلة.

وقد يطبق الاستفتاء عدة مرات متتالية وذلك في حالة ما يريد الباحث التعرف على التغيير في الاتجاهات والآراء والميول لدى المبحوثين بعد مرور مدة من الزمن أو بعد تعرضهم لخبرات معينة ويستخدم في هذه الحالة طريقة المقابلة الشخصية أو طريقة البريد. ثم تكرر العملية عدة مرات.

١٢ ـ الغرائز والحاجات والدوافع

ـ الدافع النفسي:

يحتل موضوع الدوافع منزلة كبيرة عند علماء النفس لأنها من العوامل التي لها أهمية سواء في التعليم أو تكيف الفرد مع بيئته الخارجية، وكلمة الدوافع لها معان كثيرة وهي الحافز والباعث والمثير والموجه والتشويق والترغيب أي أن هناك كثيراً جداً من الألفاظ التي يتضمنها معنى الدافع النفسي، وأحياناً يتأثر الشخص ويتأثر تعلمه بسبب عامل الدافع أو الرغبة في التعليم.

وقد درس علماء النفس موضوع الدوافع تحت عناوين كثيرة فقد وجد تحت عنوان الدوافع النفسية الغرائز والحاجات النفسية وإشباعها أي أن علماء النفس اختلفوا فيما بينهم على العناوين التي توضع لهذا الموضوع، فبعضهم أصرّ على عنوان الغرائز والآخر على الحاجات وفريق ثالث أصر على أن ذلك كله دوافع، والواقع أنه عند تحليل الغرائز والحاجات والدوافع نجد أنها كلها واحدة وليس بينها إلا الاختلاف اللفظي والجوهر الواحد هو أن هناك طاقة نفسية يولد بها كل شخص وهي التي تعتبر أساس كل تصرّف يقوم به الشخص، وهذه الطاقة تعرف بمظاهرها فقط، وهذه الطاقة يعبّر بها الشخص عن تصرفاته، وفكرة الطاقة النفسية يمكن اعتبارها أساساً يقوم عليه عامل الدوافع النفسية وهي طاقة انفعالية أو غريزية قادرة على جعل الشخص يتصرّف تصرفاً معيناً.

وسلوك الكائن الحي لا بد وأن يحقق أهدافاً وغايات معينة، ولكي

يحدث السلوك لا بد من وجود حافز أو دافع له، وهذا الدافع أو الحافز عمل داخلي في الكائن الحي يدفعه للقيام بعمل معين والاستمرار فيه حتى يتم إشباع هذا الدافع. فالشخص في حالة الجوع مثلاً يبحث عن الطعام، وإذا وجد الطعام أخذ يأكل حتى يشبع، معنى هذا أن الشعور بالجوع هو الذي دفع الشخص للبحث عن الطعام. وهذا الحافز يؤدي إلى استمراره في الأكل حتى يشبع حاجاته، أي حاجات الكائن الحي ودوافعه واستعداداته الفطرية هي نقطة البدء في السلوك. لذلك يمكن تعريف الدافع بأنه العامل الرئيسي الذي يهيمن على عملية السلوك أي الحاجة الأولية الناشئة من داخل الكائن الحي، والتي تجعله يقوم بنشاط انفعالي معين يوجه السلوك نحو هدف معين للتغلب على الموقف الخارجي الذي يسبب حالة التوتر النفسي والعمل على تحقيق التوازن بين الكائن الحي وبيئته الخارجية.

ومن أشهر النظريات التي وضعت لتفسير الدوافع النفسية ما يأتي:

أولاً - نظرية الغرائز.

ثانياً - نظرية الحاجات النفسية.

ثالثاً - نظرية الدوافع.

أولاً - الغرائز

يعتبر مكدوجل «Mc Dougall» مؤسس المدرسة الغرضية في علم النفس الحديث الرائد الأول لنظرية الغرائز، الذي حاول بها أن يفسر السلوك وعرف الغريزة بأنها استعداد فطري نفسي جسمي يولد به الكائن الحي ويهيئه لأن يسلك سلوكاً خاصاً في المواقف المختلفة وذلك بأن يدرك المثير لهذا الموقف ثم يشعر بانفعال خاص بهذا المثير ثم ينزع إلى القيام بتصرف ملائم إزاء هذا الموقف.

ومن هذا التعريف يتبين أن الغريزة تطلق على كل تصرف يتصف بالصفات الآتية:

١ ـ أن له غرضاً معيناً أو هدفاً يسعى الكائن الحي لتحقيقه.

٢ ـ أن السلوك الغريزي له أهمية حيوية وقيمة بيولوجية بالنسبة لبقاء النوع وحفظ حياة الكائن الحي.

٣ ـ إن التصرف الغريزي يشترك فيه الجسم والعقل معاً، وقد تغلب الناحية العقلية في حالة الإنسان وتغلب الناحية الجسمية في حالة الحيوان.

٤ ـ إن لكل غريزة انفعالاً خاصاً يميزها.

٥ ـ إن العمل الغريزي يبدأ بعملية استثارة أو إدراك الشيء المثير الذي يحدث انفعالاً خاصاً له ارتباط بهذا المؤثر، وهذا الانفعال يحفز الكائن الحي لأن يسلك السلوك المناسب إلى أن تزول آثار الانفعال أي أن الغريزة تتضمن عناصر الشعور الثلاثة: الإدراك والوجدان والنزوع بمعنى (إدراك يثيرها، ونشاط انفعالي يصاحبها، وسلوك تعبر به عن نفسها).

٦ ـ إن التصرف الغريزي يتم بصورة متشابهة عند أفراد الجنس الواحد.

ويتبين أيضاً من هذا التعريف أن الغريزة استعداد فطري. أي أن الغرايز موروثة وليست مكتسبة، ولذلك نجد أن الغرائز مشتركة بين الإنسان والحيوان. وبالرغم من أن الغرائز الفطرية وتحدث بطريقة متشابهة عند أفراد الجنس الواحد إلا أن التصرفات الغريزية تتأثر بعوامل الذكاء والبيئة من حيث تعديل مظاهرها وطريقة إشباعها ولكن العنصر الوجداني لا يتغير كثيراً. ويتوقف أثر الذكاء في التصرف الغريزي على موضع الحيوان من سلم التطور، فكلما قربنا من الإنسان كلما زاد أثر الذكاء وأمكن ملاحظة تعديل السلوك الغريزي، ولكن كلما قربنا من الحيوانات الأولية كلما قل أثر الذكاء وتغلب أثر الغريزة.

وقد وضع العلماء قوائم مختلفة للغرائز، أما القائمة التي أوردها «مكدوجل» فقد شملت ١٤ غريزة وهي:

غريزة الهرب: انفعالها الخوف، ويمكن أن نلمس مظاهر الخوف

بوضوح في الحيوان والإنسان وفي الأطفال والكبار. . . وعندما يوجد هذا الانفعال في شخص بشكل واضح فإنه يتصف بالجبن وعدم الثقة بالنفس وينقصه الجرأة والإقدام.

غريزة المقاتلة: انفعالها الغضب، ونلمس هذا في النزعات العدوانية والميل لإيذاء الغير وحب المشاكسة والعراك.

غريزة حب الاستطلاع: انفعالها التعجب، ويبدو هذا في الدأب على البحث وراء الحقيقة والتنقيب في الكتب والتأمل في أسرار الطبيعة والوقوف على أسرار الغير.

غريزة حب السيطرة: انفعالها الزهو وحب التسلط والرئاسة وإظهار القوة وتأكيد الذات وتشاهد بوضوح في الأطفال وفي الطيور.

غريزة الخضوع والاستكانة: انفعالها الاستسلام والانقياد والشعور بالنقص.

غريزة البحث عن الطعام: انفعالها الجوع، ونلمس هذا في وسائل البحث عن الطعام، وتبدو واضحة جلية عند النمل والنحل.

الغريزة الجنسية: انفعالها الشهوة، ويبدو ذلك في محاولات الاشباع الجنسي.

الغريزة الوالدية: انفعالها الحنو، وهو أساس العطف والرعاية التي يشمل بها الآباء أبناءهم فيعملون على إشعارهم بالأمن والاطمئنان والسعادة.

غريزة التجمع: انفعالها الشعور بالعزلة والوحدة، ونلمس هذا في حضور الاجتماعات والاختلاط والتعاون والاشتراك مع الآخرين في كثير من الأمور.

غريزة حب التملك: انفعالها حب الاقتناء والحصول على ممتلكات الغير أو جمع المال.

غريزة الضحك: انفعالها الظهور بالمرح والتسلية.
غريزة النوم: إنفعالها الشعور بالتعب.
غريزة الحل والتركيب: انفعالها حب العمل ولذة الابتكار.
غريزة التقزز: انفعالها الاشمئزاز.

وقد تحدث «مكدوجل» عما سمّاه تعديل الغرائز والتسامي بها بفعل الذكاء فقال أنه كلما قلّت نسبة الذكاء في الإنسان أو الحيوان كلما غلب الفعل الغريزي حيث يبدو سلوك الحيوان مثلاً طبيعياً من غير تعديل، أما في الإنسان فالسلوك الغريزي يتخذ صورة معدلة بحسب التعليم وتكوين العادات، فمثلاً السلوك الجنسي مبني على إشباع الغريزة الجنسية في كل من الإنسان والحيوان ولكن التصرفات الجنسية في الحيوان طبيعية ولا يتناولها التعديل، أما الإنسان فهناك قيود وتقاليد وأوضاع اجتماعية تؤثر في مظهر العمل الغريزي.

وقد وجّه إلى نظرية الغرائز انتقادات كثيرة منها:

١ ـ أن معظم علماء النفس لا يرضون عن فكرة الغرائز كأساس لتفسير السلوك ولهذا استبدلها البعض بفكرة الحاجات النفسية، واستبدلها آخرون بفكرة الدوافع النفسية والواقع أن الغرائز تصلح لتفسير السلوك في الحيوان أكثر من صلاحيتها لتفسير سلوك الإنسان لأن الحياة العقلية في الإنسان أكبر تعقيداً بحيث لا نفي لتفسيرها فكرة واحدة كفكرة الغرائز.

٢ ـ ومن أهم الانتقادات التي توجّه لنظرية الغرائز كونها فطرية صرفة وخصوصاً أن بعض الغرائز تخضع كثيراً لعوامل الاكتساب والتغير بفعل البيئة. ويرد «مكدوجل» على ذلك بفكرته على تعديل الغرائز إذ يقول أن من الممكن أن تتعدل الغريزة بحيث تظهر في صورة مغايرة لصورتها الأصلية بفعل الذكاء والقدرة على التكيف في المواقف الجديدة، ولما كان الإنسان أكثر ذكاء من الحيوان فإن تصرفات الإنسان تتأثر بالذكاء أكثر من تأثرها بالغريزة بينما العكس في الحيوان حيث نجد أن معظم تصرفات

الحيوان متأثرة بفعل الغرائز ولا يظهر فيها بوضوح عامل الذكاء.

٣ ـ ومما يؤخذ على هذه النظرية كذلك أن أصحابها اختلفوا فيا بينهم على عدد هذه الغرائز فمنهم من أفرط في تعدادها مثل «وليم جيمس ٣٢ غريزة» «ثورنديك ٤٢ غريزة» ومنهم من قصرها إلى واحدة أو اثنتين مثل «فرويد» الذي قصرها على الغريزة الجنسية التي تعمل على بقاء الحياة والنوع وغريزة الموت التي تميل إلى العدوان والكراهية.

٤ ـ ويعاب على هذه النظرية أيضاً إغفالها لأثر الدوافع اللاشعورية في توجيه السلوك.

ثانياً ـ الحاجات النفسية

يفسر بعض علماء النفس دوافع السلوك على أساس آخر غير الغرائز وهو إشباع الحاجات النفسية، ويقصد بالحاجات النفسية رغبة طبيعية تحدو الكائن الحي إلى تحقيقها بما يؤدي إلى التوازن النفسي والانتظام في الحياة، والواقع أن الحاجات النفسية لا تخرج في معناها وطبيعتها عن مضمون الغرائز من حيث كونها محركات للسلوك، غير أن الحاجات النفسية أقل عدداً من الغرائز.

ويمكن أن تدرك طبيعة الحاجات النفسية ومدى أهميتها للكائن الحي عندما توجد صعوبات أو ظروف تحول دون إشباع هذه الحاجات بحيث يظهر على الكائن الحي علامات الاضطراب والقلق وعدم الشعور بالسعادة في الحياة وأهم الحاجات النفسية ما يأتي:

١ ـ الحاجة إلى الشعور بالأمن والطمأنينة:

كل كائن حي في نفسه واقع تلقائي طبيعي يعمل على أن يوجد في وسط يشعر فيه بالأمن. وتظهر هذه الحاجة بوضوح في ملاحظاتنا للأطفال الذين يحتاجون أن نوفر لهم كل ما يبعد عنهم آثار الخوف والفزع والقلق وذلك بأن يشعروا بانتمائهم إلينا وبوجودنا معهم لنبعث في نفوسهم الشعور بالاطمئنان.

وتظهر الحاجة النفسية في حياة الحيوان عند تجمُّع الحيوانات وبالأخص في أوقات الخطر بحيث يكون تجمعهم مصدراً للشعور بالأمن والاطمئنان.

وبالنسبة للكبار نجد من الأنظمة الاجتماعية ما يؤدي وظيفة توفير الشعور بالاطمئنان والوقاية من المخاوف ومصادر الخطر. ويعتبر رجال الشرطة مصدراً لتوفير الأمن، كما تعتبر القوات المسلحة بالنسبة للدولة درعاً يحميها من مصادر التهديد بالعدوان.

وقد يكون مصدر القلق النفسي أيضاً داخلياً، وفي هذه الحالة يجب أن يكون مصدر الشعور بالأمن نابعاً من داخل الشخص نفسه أي من ضميره ومعتقداته الدينية وبغيرها من المصادر التي يمكن أن تقوِّي ثقته بنفسه، ومما لا شك فيه أن الإرتكان إلى الأديان والشرائع السماوية هو أقوى مصادر الشعور بالأمن.

ولا تظهر أهمية هذه الحاجة النفسية بوضوح إلا عند الشخص الذي يشعر في نفسه أنه في غير مأمن من الشرور الخارجية بالإضافة إلى شعوره بالقلق وعدم الاستقرار فيسعى إلى إشباع حاجته إلى الشعور بالأمن.

٢ ـ الحاجة إلى الحب والعطف:

لعل أهم الحاجات النفسية الطبيعية هي الحاجة إلى الحب والعطف التي تعتبر من أهم الدوافع السلوكية، ويقصد بهذه الحاجة العلاقة الاجتماعية التي يسود فيها الشعور بالخوف والعطف والمودّة كما في علاقة الأمومة والأبوة وصلة الشحن الموحية بالمحيطين به. وتظهر قيمة هذه الحاجة النفسية الطبيعية في ناحيتين هما: حاجة الشخص إلى أن يحب غيره. وحاجة الشخص إلى أن يشعر بحب غيره له، وتتضح أهمية هذه الحاجة عندما نبحث حالة الأفراد المحرومين من الحب والعطف حيث نجد أن هذا الحرمان يؤدي إلى الضيق والتوتر النفسي والشعور بالشقاء.

ومنذ الطفولة تجد أثراً واضحاً لهذه الحاجة النفسية الغريزية حيث

يحتاج الطفل إلى حب أمه وعطف المحيطين به، كما أن الطفل نفسه يمارس حبه للغير فيما يظهره من علامات الارتياح والرضا عند رؤية أمه أو أحد المحيطين به.

ولا شك أن الحب والحاجة إليه أمر واضح جداً بالنسبة لحالات الأمومة والأبوة، وكلنا يعرف الشقاء عند الأم التي لا تنجب أطفالاً إلا إذا وجدت بديلاً لأطفالها لتمارس بالنسبة لهم إشباع حاجتها النفسية الطبيعية إلى الحب والعطف. فهناك سيدات تتبنى الأطفال، وأخريات يمارسن تربية القطط والكلاب كبديل للأطفال، بل أن بعض السيدات ينقلن حاجتهن الطبيعية بحب الأطفال إلى حب أطفال آخرين كالسيدات المحرومات من الأبناء واللاتي يجدن متعة في رعاية الأطفال في الميادين الاجتماعية كرعايتهن للأحداث وأبناء المؤسسات والتطوّع في ميادين رعاية الطفولة والأسرة، ففي كل ذلك إشباع للحاجة الطبيعية إلى الحب والعطف.

ويرجع علماء النفس الكثير من الانحرافات السلوكية إلى فقدان الحب أو الحرمان من العطف ويظهر ذلك بوضوح في جرائم الأحداث التي نجد معظمها بين أفراد الأسرة المفككة التي تفتقر إلى وجود العطف والحنان في محيط الأسرة.

ويجب أن نفرق في حديثنا عن الحب والعطف بين المعاني المختلفة، فالصداقة وإن كانت من العواطف الموجبة إلا أنها لا تعتبر تماماً علاقة الحب والعطف. كما أن الميل الجنسي ليس إلا عنصراً واحداً من العناصر التي تبني عليها الحب والعطف في حالة تكوين هذه العلاقة بين الجنسين، أي أن الحب والعطف عاطفة مركبة وهي أوسع في معناها من مجرد الميل الجنسي ولو حللنا علاقة الحب والعطف نجد أنها يمكن أن تحدث بدون الميل الجنسي على الإطلاق كما يحدث في علاقة الأمومة والأبوة وجميع حالات الحب والعطف التي لا يمكن الميل الجنسي عنصراً فيها.

وفي الحياة الزوجية يحتاج كل من الزوجين إلى إشباع هذه الحاجة

الطبيعية إلى الحب والعطف بتكرار المواقف التي تظهر فيها الانفعالات الموجبة التي توطد علاقة الحب والعطف بين الطرفين، ولكن يجب أن نؤكد أن العلاقة الزوجية لا تقوم على الحب والعطف بل إن هناك نواحي أخرى ذات أهمية لتدعيم الحياة الزوجية مثل المصالح الاقتصادية المشتركة، والعلاقة والروابط الأسرية والتقاء الزوجين في أهداف موحّدة كتربية الأبناء والعادات الاجتماعية العامة.

٣ ـ الحاجة إلى الحرية:

إن الإنسان بطبيعته خلق متحرراً من القيود وهو يحاول دائماً أن يحتفظ بحرياته المختلفة. وهذا هو السبب في أن مكاتب العلاج النفسي وعياداته تكثر فيها نسبة المتزوّجين عن نسبة العزّاب.. ذلك لأن الشخص الأعزب يسهل عليه السير في الحياة وتغيير مسالكه المختلفة فيها، بينما الشخص المتزوج يكتشف عيبه بسهولة لمقاومة شريكة له وعدم تقبله لأسلوب سلوكه وتصرفاته المتكررة واضطراره للتعامل معه. على أن من الممكن جداً أن يكون الزواج نفسه وسيلة ناجحة لعلاج بعض هذه إذا وجد الشخص في شريكه استعداداً للمساعدة على حل المشكلات النفسية، والأخذ بيده إلى التخلص من عوامل الاضطراب العاطفي والانفعال التي لم يجد لها سبيلاً للعلاج من قبل.

ـ الزواج والاطمئنان العاطفي:

والحاجة إلى الشعور بالأمن والطمأنينة مرتبطة بالشعور بالعطف والحب وهي حاجات أساسية للطفل الصغير وللرجل الكبير أيضاً.. والحب المبني على النضج يختلف عن الحب الذي ينشده الأطفال، في أن الأول يأتي عن الرغبة في إسعاد الغير والوصول إلى الحب المتبادل، بينما حب الأطفال يكون غالباً متصفاً بالتمركز حول النفس. والحب المبني على النضج يختلف أيضاً عن الحب الخيالي الرومانتيكي في أن الأول إيجابي يجعل الشخص يعمل فيه، لا مجرد الاكتفاء بالتمني والتحليق في الخيال.

ولهذا فإن الحياة الزوجية تبنى عادة على إدراك الشخص لمميزات شريكه ولعيوبه أيضاً، وعلى قبوله لهذه العيوب كجزء من الشريك الذي اختاره وارتضاه.

والحب المبني على النضج لا يحتاج عادة إلى المغالاة في التعبير بالكلام أو الإشارة، وإن كانت هذه الناحية التعبيرية مهمة أحياناً لتأكيد الشعور بالحب للطرف الآخر. ولهذا نسمع عادة كثيراً من الاحتجاجات من بعض الزوجات في قولهن: «إني أعرف أنه يحبني ولكنه لم يقل لي ذلك أبداً!» أو لماذا لا يظهر لي شعوره بالحب؟ وكثيراً ما يدهش الأزواج لإصرار الزوجات على التأكد من الإحساس بعلامات حبهم، وفاتهم أن الزوجة أكثر شعوراً بهذه الحاجة من الرجال لأسباب نفسية خاصة.

إذن فالحب المبني على النضج وكذلك القدرة على إظهاره في الوقت المناسب من أهم عوامل نجاح الحياة الزوجية.

- الزواج والإشباع الجنسي:

أما الحاجة الطبيعية الأخرى التي ينشد إرضاءها كل من الزوجين فهي ناحية الإشباع الجنسي، فالزوجان السعيدان هما اللذان يستطيع كل منهما أن يصل إلى إشباع شريكه بالاستمتاع الجنسي الكامل الذي يؤدي إلى الارتياح النفسي الممكن أن يمتد أثره إلى بقية العلاقات الأخرى في الحياة الزوجية.

وهنا تبرز مشكلات كثيرة، منها أن يجهل أحد الزوجين طبيعة العملية الجنسية ومظاهرها من النواحي الفسيولوجية والنفسية. ومنها ما قد يكون هناك من كبت أو مخاوف مرتبطة بالناحية الجنسية، ناشئة من القيود والحواجز وعوامل التربية المبنية على الجهل بهذه الأمور الحيوية الهامة في حياة كل فرد، ومنها ما قد يحمله الشخص في نفسه من الأفكار الخاطئة أو الشعور بالخطيئة والذنب أو الاضطرابات المقلقة التي كوّنها الفرد عن العملية الجنسية وما حولها.

وكثيراً ما تكون هذه العوامل سبباً في تعقيد الحياة الزوجية وفشل أحد الزوجين في القدرة على إرضاء شريكه الآخر إرضاءً جنسياً كاملاً، برغم ما قد يكون هناك من تقدم أو رقي في الثقافة العامة أو التعليم المدرسي.

وهناك مشكلات جنسية أخرى أساسها جهل أحد الزوجين بطبيعة التكوين الجنسي والبيولوجي في الطرف الآخر، وما يتطلب ذلك من اختلاف في الإحساسات الجنسية.

فمن الفروق الجنسية المعروفة أن الاستثارة الجنسية في الرجل تختلف عنها في المرأة، حيث تكون في الأنثى أكثر ارتباطاً بالنواحي العضوية. وقد قام «كنزي» وغيره بعمل دراسات واسعة في هذه الناحية توضح الكثير من الغموض الذي يسود هذه النواحي الهامة.

ومن الطبيعي أن تتغير طبيعة المرأة في حالات الحمل وحالات تقدم السن من جهة الرغبة الجنسية، ولجهل بعض الأزواج بهذه الحقيقة تحدث بعض المشكلات الزوجية حيث يعتقد الأزواج خطأً بفتور العاطفة الزوجية نحوهم، كما أن جهل بعض الأزواج بحاجة الزوجة إلى الإستثارة العاطفية أكثر من الرجل تجعلهم معرّضين لعدم استجابة الزوجة مما يثير عندهم الاعتقاد بكراهيتها لهم ويسبب الخلافات الزوجية.

ومن هذا يتبين أهمية ضرورة فهم كل من الزوجين لطبيعة الآخر في هذه النواحي، ومحاولة كل من الطرفين العمل على إرضاء الحاجات الطبيعية للآخر.

ـ الزواج وإنجاب الأطفال:

أما الركن الثالث الهام من أركان الحياة الزوجية فهو التعاون على تكوين أسرة جديدة، فالرغبة في إنجاب الأطفال أمر طبيعي عند كل من الزوجين وكل ما يمكن تعديله في هذه الحاجة الطبيعية هو تنظيم مواعيد إنجاب الأطفال والتحكم في عددهم المناسب للمستوى الصحي والاجتماعي والاقتصادي للأسرة.

وهذه الناحية أيضاً قد تكون مصدر الخلافات الزوجية إذا اختلف الزوجان في الرأي من حيث تحديد النسل أو ضبطه وتنظيمه أو إطلاقه. وكذلك من حيث الطرق التي يفضّل كل منهما أن يلجأ إليها لتنظم هذه العملية واختلافهما في المسؤولية التي يضطلع بها كل منهما في ذلك.

وطبيعي أن العقم وعدم القدرة على إنجاب الأطفال من أهم المشكلات التي تؤثر في الزوجين حيث تؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس أحياناً عند أحد الزوجين أو كليهما مما يؤثر بدوره على العلاقات الزوجية.

ـ عوامل أخرى تؤثر في السعادة الزوجية:

الحب المتبادل، والإشباع الجنسي، والاستمتاع بالأمومة والأبوة.. هي الدعائم الأولى للحياة الزوجية السعيدة المستقرة. وقد تحدث الاضطرابات الزوجية بسبب اختلاف الزوجين في التكوين النفسي أو البيولوجي أو العاطفي أو سوء فهم طبيعة الحياة الزوجية وعدم القدرة على إرضاء الحاجات الأساسية التي تقوم عليها العلاقة الزوجية.

وهناك عوامل أخرى هامة تؤثر في السعادة الزوجية، منها أن الزوجين لا يعيشان في معزل عن غيرهما. ولهذا تتأثر حياتهما بما في مجتمعهما من القيم والتقاليد والعادات.

وقد تكون الاختلافات الدينية أو الثقافية أو التعليمية أو الاقتصادية بين الزوجين قوية لدرجة تؤثر في العلاقة الزوجية، كما أن البطالة أو المرض، أو عدم الحصول على المسكن المناسب، أو تدخّل أهالي أحد الزوجين في شؤونهما ـ خصوصاً الحموات ـ قد تسبب الكثير من الاضطرابات والخلافات العائلية بين الزوجين.

هذا ولا يصح أن ننسى أن تقدم الحضارة والظروف الاجتماعية والاقتصادية العامة قد أثّر كثيراً في مفهومنا عن الحياة الزوجية. فتقارب الطبقات الاجتماعية وحرية التزاوج بين الأفراد من المستويات الاجتماعية المختلفة والتسامح الديني وإباحة الزواج من أديان مختلفة أو أجناس مختلفة

والزواج من الأجنبيات، وغير ذلك من ضروب التغيير الاجتماعي، قد أضاف أنواعاً أخرى من المشكلات للحياة الزوجية وعملية التكيف بين الزوجين.

وكذلك تطور الصناعة وإشراك النساء في العمل المهني، وتقليل اعتماد الزوجة على الزوج في الناحية المادية والاقتصادية وإمكان اعتمادها على نفسها في الكسب وتغيير مكانها من المنزل إلى المشاركة في المجتمع الخارجي. كل هذا قد أثّر كثيراً على فكرتنا عن الحياة الزوجية.. وذلك بسبب التطور والتغيير في الدور الذي يلعبه كل من الرجل والمرأة في العلاقة الزوجية من حيث السيطرة وتقسيم المسؤولية بينهما. فبعد أن كان الزوج هو المسؤول عن «الإعطاء» والزوجة مسؤولة عن «الإعداد» فقد تغيّر هذا الوضع وأصبح الزوجان مشتركين في الناحيتين.

وقد حدث بسبب هذه التطورات أن بعض الأفراد يشعرون بالكثير من الحيرة في رسم خطة حياتهم الزوجية، وذلك لعدم معرفتهم أين يضعون الحدود من حيث تقسيم المسؤولية بينهم وبين زوجاتهم وحتى إذا استطاعوا أن يفعلوا ذلك من حيث التفكير فإنهم يفشلون فيه من حيث التنفيذ ذلك لعدم تحررهم النفسي التحرر الكافي من تقاليد الماضي الذي نشأوا عليه ونشأ عليه آباؤهم وأجدادهم.

وقد أدى تحرر المرأة وإدراكها لحقوقها إلى جر الكثير من المشكلات الزوجية، فبعد أن كانت الزوجة راضية بدورها في المنزل، وخاصة لما يريده لها الرجل، أصبحت تطلب المساواة والتحرر في علاقاتها وآرائها، مما يؤدي إلى حدوث الصراع بينها وبين الزوج، خصوصاً إذا كان من النوع المتمسك بالتقاليد والعادات القديمة.

وهناك مشكلات أخرى مرتبطة بالطلاق والانفصال والتفكك العائلي وتأثير ذلك على نفسية الزوجين ونفسية الأبناء أيضاً.

وقد حاول علماء النفس أن يبذلوا جهدهم في نواحي الإرشاد النفسي

والتوجيه السيكلوجي في محيط الأسرة للوقاية من التفكك العائلي، ولهذا نجد الآن أن المرشد النفسي قد أصبح ضرورياً. ولا يقل أهمية عن القاضي الذي يعهد إليه بفض المنازعات العائلية والزوجية، كما أصبحت دراسة علم النفس أمراً أساسياً في معاهد الأمومة وفي أندية الشباب ومراكز علاج مشكلات الآباء والأبناء، وعيادات العلاج النفسي ومكاتب الزواج وكل مؤسسة إجتماعية يمكن فيها توجيه الأزواج والزوجات.

١٣ ـ «التعلم»

مقدمة :

للتعلم دور بارز في علم النفس، سواء في ذلك علم النفس الأساسي أو علم النفس التطبيقي أولاً. فبالمناسبة للعلم الأساسي نجد أن مصطلحات ومفاهيم التعليم ـ المستمدة من تجارب ونظريات التعلم ـ هي التفسير العلمي لنشأة وتطور وتغير السلوك الإنساني، فالإنسان يولد ولديه رصيد وراثي ثم يتفاعل هذا الكائن الحي البيولوجي مع البيئة الخارجية، ومن خلال هذا التفاعل يتشكل السلوك وتتكوّن الشخصية. والعلاقة بين الفرد والبيئة متنوعة لكن جزءاً كبيراً من تأثير البيئة على الفرد وتفاعل الفرد مع البيئة يتم من خلال التعلم.

فمنذ الميلاد نجد أن الطفل الوليد يجد إرضاء حاجاته الأساسية من الأم مما يجعله يتعلم أن الأم ترتبط بالإرضاء وبعد فترة تصبح الأم مهمة في حد ذاتها فيبكي الطفل لمجرد غيابها عن ناظريه، ومن خلال عمليات التعميم يتم ربط قدر من هذه المشاعر والإحساسات بالأفراد الآخرين المحيطين بالطفل والذين يدعمون هذا التعميم أيضاً بما يقدمونه للطفل من أشكال متنوعة من الإرضاء كالاهتمام والمراعية. . . الخ. وبعد فترة يصبح هؤلاء الأفراد هم المثل الأعلى الذي يحاول الطفل إرضاءه، فهو دائماً في حاجة إلى رضائهم عنه وتقبلهم له ولذلك فهو دائماً مهيئاً لأن كل ما يحس بأنه سوف يأتي برضائهم. ومن هنا ومن خلال عمليات الثواب والعقاب يتعلم الطفل أساليب التصرف السليمة والقيم والتقاليد

والعادات من الأسرة، كما يتعلم أيضاً من أقرانه في اللعب ومن زملائه في المدرسة الكثير من أساليب السلوك الاجتماعي، ولا شك أن قدراً كبيراً أيضاً من التكوين المعرفي للطفل والكثير من عادات العمل كالمثابرة ومحاولة الوصول إلى الأهداف إلى غير ذلك يتعلمها الطفل من خلال بيئة المدرسة.

وهكذا نجد أن الطفل منذ الميلاد يتعلم أشياء كثيرة ويمتص قيماً وتقاليد، وعادات مما يسهم في تشكيل شخصيته وإعطائها طابعاً متكاملاً مميزاً.

ومن خلال التعلم الاجتماعي تتشكل الشخصية حسب نموذج يضعه المجتمع للشخصية المثلى، وقد أدّى ذلك ببعض علماء النفس الاجتماعي إلى القول بفكرة الطابع القومي للشخصية[١] التي تعني أن لكل مجتمع شخصية سائدة تميّز أفراده. فشخصية الإنجليزي تختلف عن شخصية الإيطالي عن شخصية الياباني. وهناك دراسات كثيرة غير حضارية[٢] تحاول استكشاف الفروق الحضارية في الشخصية.

وهكذا نلاحظ أن الشخصية الإنسانية تتشكل من خلال التعلم الاجتماعي[٣] الذي اكتسب أهمية بالغة في السنوات الأخيرة.

وإذا انتقلنا إلى التطبيق في علم النفس نجد للتعلم ونظرياته دوراً هاماً في مجالات التطبيق المختلفة كالتربية وعلم النفس الصناعي وعلم النفس الإكلينيكي، حيث تعتمد هذه المجالات اعتماداً هائلاً على رصيد المعلومات المتجمع من دراسات التعلم. فإذا أخذنا مجالاً كعلم النفس الإكلينيكي نجد أن العلاج السلوكي[٤] يعتمد في الجزء الأكبر منه على التعلم، فالتصور العلمي للمرض النفسي هو أن العصاب سلوك شاذ[٥]

---

(١) National character.

(٢) Cross - Culural :

(٣) Social learning.

(٤) Behaviour therapy.

(٥) Abnormal.

متعلّم، وما دام هذا السلوك متعلماً فمن الممكن محو هذا التعلم وإعادة تعلم سلوك آخر أكثر توافقاً يحل محله، وقد وجدنا في السنوات الأخيرة نشاطاً متزايداً في مجال استخدام العلاج السلوكي وفي نشر البحوث المتصلة به، وتبين نتائج الدراسات التجريبية المضبوطة أن العلاج السلوكي يؤدي إلى نسبة نجاح أو شفاء تفوق كثيراً ما يؤدي إليه العلاج بالأساليب الأخرى كالعلاج النفسي التقليدي أو العلاج بالتحليل النفسي.

كما اتضح أيضاً الدور البارز لنظريات التعلم خاصة التعلم الفعال لسكنر في مجال التنمية العقلية للمتخلفين عقلياً، فلقد ظل العلماء يعتقدون زمناً طويلاً أن المتخلف عقلياً لا يمكن عمل شيء لتغييره ولكن ما إن بدأ تطبيق الأساليب العلمية للتعلم الفعال في السنوات الأخيرة حتى اتضح مدى الإمكانيات التي يمكن الاستفادة منها ومدى النتائج الطيبة التي يمكن التوصل إليها.

ـ تعريف التعلم:

يتعلم الإنسان أساليب سلوكية كثيرة تمتد من العادات الحركية إلى تعلم ألفاظ اللغة إلى حفظ الشعر إلى تعلم الاتجاهات الاجتماعية وطرق التفكير والتعبير الانفعالي وأساليب التعامل مع الآخرين.. ويتعلم الإنسان الأشياء الحسنة كما يتعلم العادات السيئة، فليس كل ما نتعلمه حسناً بل يكتسب الفرد من خلال التعلم السلوك المرضي أو الشاذ أو المخاوف المرضية.. الخ. ولذلك لا نستطيع أن نقول أن التعلم هو استفادة من الخبرة أو أنه تحسن مع التمرين. ويعرف هيلجارد التعلم بأنه العملية التي ينشأ بها نشاط أو يتغير وذلك من خلال الاستجابة لموقف مواجهة بشرط ألا تكون خصائص التغيير في النشاط مما يمكن تفسيره على أساس الميول الفطرية للاستجابة أو النضوج أو الحالات العارضة للكائن مثل التعب أو تأثير العقاقير.. الخ. «هذا التعريف في الواقع تعريف يستبعد أنواع أخرى من التغيرات التي تطرأ على نشاط أو سلوك الكائن ولا

ترجع للتعلم.

- نظريات التعلم:

هناك بوجه عام مجموعتان أو طائفتان من النظريات:

أ ـ طائفة النظريات الترابطية (نظريات المنبه ـ الاستجابة).

ب ـ طائفة النظريات المعرفية.

وتعطي النظريات الترابطية اهتماماً كبيراً لعلاقات المنبه بالاستجابة وهي تفسر التعلم باعتبار أنه تكوين عادات، وهم يعتقدون بذلك تحقق ارتباطاً بين منبه واستجابة لم يكن قائماً من قبل. فهناك عادات لفظية وعادات نفسية حركية بل يمكن استخدام نفس المبادىء في تفسير كل الأنواع الأخرى للسلوك المتعلم مثل: تكوين الاتجاهات وطرق التفكير، وطرق التعبير الانفعالي. وبذلك فإننا بحسب هذا التفسير نتعلم عادات فقط.

ومن أصحاب هذه النظريات الترابطية: واطسن (مؤسس السلوكية) ثورندايك ـ بافلوف (التعلم الشرطي الكلاسيكي) ـ جاثدي (الاقتران) سكنر (التعلم الشرطي الفعال) وكلارك هل.

أما الطائفة الأخرى من نظريات التعلم فإنها تؤكد على دور الفهم في التعلم أو بتعبير أدق دور العمليات المعرفية[1] ويتضح ذلك مثلاً في تفسير التعلم بالاستبصار[2] وبذلك تبرز النظريات المعرفية دور الكائن الحي في عملية التعلم ولا تنظر إليه كمستقبل للمنبهات ومصدر للاستجابات فقط.

من أمثلة النظريات المعرفية: نظريات الجشتالط (مرتهيمر ـ كوفكا ـ كيلر) نظرية المجال لكيرت ليفين ـ نظرية تولمان. وهناك نظريات أخرى لا تقبل التصنيف الواضح تحت أي من هاتين الفئتين. من هذه النظريات:

---

(١) Cognitive processes.   (٢) Insight.

النظرية الوظيفية

النظرية الدينامية.

نظرية التعلم الاجتماعي

النظريات الرياضية.

وسوف نعرض نماذج من هذه النظريات المشار إليها حتى يمكن الوقوف على المبادىء والقوانين التي تحكم عملية التعلم والتي من أبرزها:

التدعيم - الانطفاء - التعميم - التمييز - التشكيل.

١٤ ـ «التعلم الشرطي الكلاسيكي»[١]

اكتشف هذا النوع من التعلم عالم الفسيولوجيا الشهير بافلوف أثناء تجاربه على وظيفة الهضم. والتجربة الأساسية التي توضح نظريته تتلخص في أننا عندما نضع الطعام في فم الكلب يفرز اللعاب ويسمى الطعام في هذه الحالة بالمنبه غير الشرطي[٢] أما إفراز اللعاب فإنه يسمى بالفعل المنعكس غير الشرطي[٣] وإن كان البعض يفضل أن يطلق على الفعل المنعكس الشرطي الاستجابة غير الشرطية[٤] فإذا قمنا بتقديم الطعام مصحوباً دائماً بضوء مصباح حسب نظام زمن معين وكررنا هذه العملية، نجد أن المنبه الضوئي يصبح وحده قادراً على إسالة اللعاب وعندئذ نطلق على المنبه الضوئي إسم المنبه الشرطي[٥] أما إفراز اللعاب فيسمى بالفعل المنعكس الشرطي أو الاستجابة الشرطية.

وتوضح لنا تجربة بافلوف أن مسار الفعل المنعكس الشرطي الاستجابة الشرطية يبدأ باكتساب الكائن الحي لهذه الاستجابة من خلال التدعيم[٦] المتكرر أي أنه بعد المنبه الشرطي مباشرة يقدم المنبه غير الشرطي وتصدر الاستجابة الشرطية.

والمفروض أن معدل تكوين الفعل المنعكس الشرطي يبدأ بشكل بطيء في البداية حيث لا تكون هناك استجابات شرطية على الإطلاق في

---

(١) Classical conditioning.
(٢) unconditioned stinulis.
(٣) Unconditioned reflex.
(٤) Unconditioned response.
(٥) Conditioned.
(٦) Reinforcement.

بداية التجربة، وبعد هذه البداية البطيئة نجد تزايداً سريعاً ثم نجد بعد ذلك تناقضاً في معدل الزيادة. وإذا رسمنا منحنى لهذا المسار نجد أنه يأخذ ما يشبه شكل حرف.

وعندما يتوقف التدعيم ويقوم المنبه الشرطي منفرداً دون أن يصحبه المنبه غير الشرطي نجد أن الاستجابة الشرطية تأخذ في التناقص والاختفاء وهي عملية أطلق عليها إسم الانطفاء التجريبي[1] أو الخمود حيث تختفي الاستجابة الشرطية ولا تظهر عند إعطاء المنبه الشرطي، ولكن بعد مرور فترة من الوقت يستريح خلالها الكائن نجد أن الاستجابة الشرطية تعود إلى الظهور فيما يسمى بالعودة التلقائية[2].

---

(١) Experimental extinctior.

(٢) Sportaneous recovery.

١٥ ـ التعميم والتمييز:

لوحظ من التجارب التي أجريت على الفعل المنعكس الشرطي أن هذا الفعل بعد أن يتم ربطه بمنبه شرطي معين (منبه صوتي مثلاً) نجد أنه من الممكن صدور هذا الفعل المنعكس رداً على منبهات أخرى (منبه صوتي مثلاً) غير المنبه الشرطي الأصلي الذي استخدم في التجربة. ولكن مع تقدم عملية التعلم نجد أنه يحدث تمييز أو تمايز[1] حيث نجد أن الكائن يصدر الاستجابة الشرطية للمنبه الشرطي الأصلي وحده دون غيره. وقد أوضح بافلوف أن التعميم[2] المبدئي يمكن التغلب عليه باستخدام طريقة التضاد[3] حيث تقدم المنبه (غير الشرطي) بعد المنبه الشرطي ولا تقدم هذا المنبه غير الشرطي (التدعيم) بعد المنبهات الأخرى المختلفة. وفي النهاية نجد أنه بعد فترة يصبح التمييز واضحاً ويقتصر صدور الاستجابة الشرطية على المواقف التي يظهر فيها المنبه الشرطي. ويفسر بافلوف التعميم على أنه انتشار للاستثارة في لحاء المخ[4]. أما التمييز على أنه تركيز هذه الاستثارة وعدم انتشارها.

ويجب الإشارة إلى أهمية هذه المبادىء والمفاهيم التي قدّمها بافلوف في تنظيم وتوجيه سلوكنا. فبالنسبة لمفهوم الانطفاء تبدو أهميته في أننا قادرون دائماً على تغيير سلوكنا، وأننا نقوم بدور فعال في هذا التغيير. فغالباً، نستخدم سلوكاً في مرحلة معينة ونتركه إلى غيره في مرحلة تالية، وبدون

---

(١) Generalization.

(٢) Differentiation.

(٣) Contrast.

(٤) Cortex.

عملية الانطفاء هذه فيستمر السلوك القديم ويعوق الفرد عن النمو.

ويحقق مفهوم التعميم قاعدة هامة أخرى، إذ يسمح لنا التعميم باستخدام الاستجابات الموجودة لدينا في المواقف المتشابهة دون اللجوء إلى تعلم استجابات جديدة كل الجدة، وهذا يسهل الحياة. فما أصعبها إذا كنا سننفقها في تعلم أساليب سلوكية جديدة في كل لحظة.

إلا أنه من المفهوم أنه لا يوجد موقفان متشابهان مائة بالمائة ولذلك يلزم شيئاً من التمييز، فأنت قد لا تشعر بحرج إذا احتدّت المناقشة بينك وبين زميل لك وارتفع صوتك، بينما قد تخاطر بمستقبلك إذا حدث ذلك مع رئيسك. وتبدو أهمية التمييز بين المواقف المتشابهة مع ازدياد أهمية الموقف بالنسبة للشخص فكثير من القرارات الهامة في حياة الفرد تتوقف على دقة تمييزه للمواقف والمنبهات المتشابهة. ويحدث التمييز بالجمع ما بين التدعيم والانطفاء.

«التعلم الشرطي الفعال»[1]

يرتبط التعلم الشرطي الفعال باسم سكنر. ويختلف هذا النوع من الارتباط الشرطي عن الارتباط الشرطي الكلاسيكي. ففي الارتباط الشرطي الفعال يقوم الكائن الحي بسلوك يؤدي إلى الحصول على التدعيم. أما في الارتباط الشرطي الكلاسيكي فإن التدعيم يحدث قبل الاستجابة الشرطية. وبذلك يمكن النظر إلى السلوك المتعلم في تجارب الارتباط الشرطي الفعال على اعتبار أنه سلوك يصدر عن الكائن الحي كوسيلة للحصول على التدعيم ولذلك يسميه البعض بالارتباط الشرطي الوسيلي أو الأدائي[2] وجدير بالذكر أن معظم السلوك الإنساني هو من نوع السلوك الفعال الذي يصدره الشخص لكي يؤثر في البيئة من حوله ويتفاعل معها.

---

(١) Instrumental conditioning.

(٢) Instrumental conditioning.

ـ تجارب سكنر:

صمم سكنر جهازاً خاصاً يصلح للاستخدام في تعلم الفئران البيضاء، ويتكون هذا الجهاز من صندوق معتم ـ مانع للصوت يوضع بداخله الفأر ـ ونجد بداخله ذراعاً نحاسية إذا ضغط عليها الفأر تسقط له كرة صغيرة من الطعام وهذا الذراع موصل بجهاز للتسجيل يعطي رسماً بياناً لعدد مرات الضغط على الذراع طوال فترة التجربة ويمكن التحكم في تقديم الطعام للفأر حسب نظم خاصة تسمى بجداول التدعيم.

وهناك أيضاً صندوق آخر يسمى صندوق الحمامة بحيث يمكن تعليم الحمام استجابة النقر على نقطة معينة للحصول على الحبوب.

ـ التدعيم الإيجابي والسلبي:

اهتم سكنر اهتماماً كبيراً بالمدعمات الإيجابية التي يتم فيها تقديم المكافأة للكائن الحي عقب صدور الاستجابة الفعالة، ورغم ذلك يعترف سكنر بدور المدعمات السلبية.

وتختلف المدعمات السلبية عن العقاب: فالتدعيم السلبي يتم عندما يكون الكائن الحي أمام منبهات مؤلمة أو منفرة يسعى إلى تجنبها، فأي سلوك يصدر عنه في هذه الحالة ويؤدي إلى إبعاد المنبهات المضايقة أو المنفرة. يدعم ويميل إلى التكرار في المواقف المشابهة فيما بعد، فالصدمة الكهربية مثلاً مدعم سلبي لأن انتهاء الصدمة تدعيم، ولذلك فإنه يمكن تدعيم إحدى الاستجابات إما عن طريق تقديم إيجابي أو إزالة مدعم سلبي.

والواقع أن سكنر لا يعتبر أن العقاب نوع من التدعيم السلبي بل يرى أن العقاب ليس وسيلة ناجحة في تعديل السلوك لأنه لا يؤدي بالضرورة إلى خفض صدور الاستجابة، فتأثير العقاب مؤقت سرعان ما يزول كما أنه يترتب على العقاب آثار نفسية غير مرغوبة، بالإضافة إلى أنه قد يؤدي إلى آثار أخرى جانبية كأن يرتبط بشخصية القائم بالعقاب ويتعلم

الطفل الخوف من الشخص بدلاً من أن يتعلم البعد أو تجنب السلوك الخاطىء.

ـ جداول التدعيم[1]:

تشير جداول التدعيم إلى الطرز الخاصة بتقديم المدعمات عقب صدور الاستجابات.

وأبسط أشكال جداول التدعيم هو التدعيم المستمر حيث يقدم التدعيم عقب كل استجابة تصدر عن الكائن الحي، ويستخدم هذا الطراز المستمر عادة في بداية التجربة. وبعد أن يتعلم الكائن الحي إصدار الاستجابة يتغير جدول التدعيم المستمر إلى شكل آخر من أشكال التدعيم المتقطع حيث يقدّم التدعيم عقب بعض الاستجابات دون بعضها الآخر.

وعلى الرغم من أن أسلوب التدعيم المستمر هو أبسط الأساليب وأكثرها فاعلية في تنمية أنواع السلوك الجديدة لدى الأفراد فإنه أقلها أيضاً في الاحتفاظ بالسلوك لمدة طويلة، فالتدعيم إذا ما بذل باستمرار يقل تأثيره، وتكون برامج التدعيم المتقطع أكثر فاعلية من التدعيم المستمر.

وتنقسم برامج التدعيم المتقطع إلى فئتين كبيرتين:

أ ـ التدعيم بالنسبة[2].

ب ـ التدعيم بالمدة أو الفترة الزمنية.

ففي الحالة الأولى يعتمد التدعيم على عدد الاستجابات فيدعم الشخص على السلوك المعين إذا تكرر عدد معين من المرات، أي الاعتماد هنا على معدل صدور الاستجابة.

أما في الحالة الثانية فيدعم السلوك بعد مرور فترة محددة من الزمن بصرف النظر عن عدد الاستجابات الصادرة.

وفي كلتا الحالتين سيحتفظ الأفراد بالسلوك المدعم فترة أطول من

---

(١) Schedules of Reinforcement.

(٢) Ratio.

الأشخاص الذين دعموا بالتدعيم المستمر ويكون السلوك المتعلم أصعب من الإزالة. وعند محاولة غرس استجابة معينة فإنه من الأفضل أن نبدأ بالتدعيم المستمر ثم ننتقل إلى التدعيم المتقطع بعد أن يكون السلوك قد تم اكتسابه.

- تشكيل السلوك[1]:

تندمج قواعد التدعيم والانطفاء والتعميم والتميز في عملية واحدة يسميها سكنر بالتشكيل وقد استخدمها في تدريب الحيوانات على القيام بأعمال معقدة. ويتم تشكيل السلوك من خلال سلسلة من عمليات التقريب المتتالية[2]. حيث ينتقل الكائن من أنواع السلوك البسيط إلى السلوك النهائي المركب. ويتم الوصول إلى تعلم الأفعال والمهارات المعقدة من خلال تدعيم استجابات معينة وعدم تدعيم غيرها مثال ذلك: أن نعلّم الفأر سلسلة معقدة من الحركات تبدأ بأن يضغط على ذراع داخل الصندوق فتسقط له قطعة من الرخام (بلية) يحملها الفأر ويجري بها إلى الطرف الآخر من القفص ويسقطها في حفرة ويجري بعد ذلك إلى مكان ثالث ليحصل على الطعام هناك. هذا السلوك المعقد لا يتم تعليمه للحيوانات دفعة واحدة وإلا لما تمكن القيام به، بل يتم تدريجياً من خلال عمليات التقريب المتتالية والوصول إلى الهدف تبدأ التجربة بحرمان الفأر من الطعام حتى ينخفض وزنه إلى ٨٠٪ من الوزن العادي ثم يدرب بعد ذلك على تناول الطعام من المكان الخاص به. وفي عدد من المرات يقدم صوتاً أو إشارة معينة يتلوها تسليم الطعام من المكان المعين في طبق صغير، وتستمر هذه العملية إلى أن تجعل الإشارة الفأر يذهب مباشرة إلى الطبق ثم يبدأ بعد ذلك تشكيل السلوك فتعطي الإشارة وبعد ذلك يقدم الطعام عندما يلمس الفأر الرافعة وسرعان ما نجد أن الفأر يستغرق وقتاً أقل في التنقل بين طبق الطعام ولمس الرافعة وبعد ذلك نغير الأسلوب بحيث أن

---

(١) Shaping of behaviour.

(٢) Sucoessive approximation.

الطعام يسلم عندما يضغط الفأر على الرافعة وبعد أن يتعلم الفأر الضغط بانتظام على هذه الرافعة يبدأ تقديم الطعام. يتلو الضغط على الرافعة لمس الفأر لقطعة الرخام فوراً بعد الضغط. وبعد ذلك لا يقدم الطعام في المرحلة التالية إلا بعد أن يلتقط الفأر قطعة الرخام ويتحرك بها ثم يضعها في الثقب وعندئذ يكتمل التدريب.

هذا النموذج يوضح لنا أنه من الممكن تعليم الكائنات الحية القيام بأشكال معقدة من السلوك بشرط أن يتم ذلك على مراحل من التقريب المتتالي يتم خلاله تدعيم استجابات معينة وعدم تدعيم استجابات أخرى.

ولنضرب مثالاً آخر بالطفلة التي لا تتجاوب أو تتعاون مع زميلاتها في الفصل، كيف يتغير سلوكها إلى تعاون إيجابي. الخطوة الأولى هي مساعدتها على رؤية أن التفاعل مع الآخرين أمر مرغوب فيه، ثم نخلق موقفاً يتطلب منها التعاون أو التفاعل مع زميلة لها. ويمكن تحقيق ذلك بإعطائها واجباً أو عملاً مشتركاً يتطلب التعاون مع زميلة أو أكثر. وعند تفاعل الطفلة في هذه المجموعة الصغيرة ولو على أدنى مستوى تتلقى تدعيماً ما من المدرسة. ومن ثم تنمية شكل من أشكال التفاعل فإن درجة التفاعل المطلوبة لتلقي التدعيم تزداد، وعند الوصول إلى حد مرضي من التفاعل داخل الجماعة الصغيرة فإن الطفلة تنقل إلى مجموعة أكبر وتعامل بنفس الطريقة السابقة، وتأتي المرحلة الأخيرة عند تدعيم سلوك الطفلة لتفاعلها داخل الفصل مع جميع زميلاتها. ومن تلك العملية فإن التدعيم الخارجي عن طريق المدرسة يستخدم لدفع العملية في البداية ولكن سرعان ما يصبح الدافع هو التدعيم الذاتي الذي تستمده الطفلة من سلوكها فعندما تبدأ الطفلة في التفاعل في موقف محكوم وتستمد منه إشباعاً فنتوقع أنها ستسعى إلى مزيد من التفاعل.

مثال آخر:

شخص أصيب بإعاقة في ساقه، وكان هدف التعلم في هذه الحالة هو

التخلص أو تقليل القلق في المواقف الاجتماعية فتكون الخطوات المقترحة:

(١) الذهاب إلى منطقة آهلة بالمارة والمكوث فيها لمدة نصف ساعة مثلاً مع ملاحظة المارة والطرق المختلفة التي يتبعونها في مشيتهم وإلى أي حد تستلفت هذه الطرق انتباه الآخرين.

(٢) الذهاب إلى سوق تجاري من المحتمل ألا يقابل فيه الشخص أحد معارفه ويقوم بالتجول فيه ملاحظاً أي ردود أفعال خاصة بعضوية المصاب.

(٣) يزور أحد أصدقائه وأثناء حديثه معه يخبره عن الحادث الذي تعرض له وإصابة ساقه.

(٤) يتجول حول المساكن المجاورة.

هذا ويمكن ترتيب خطوات أخرى، المهم هو التسلسل والتقريب المتتالي في الخطوات إذ يساعد هذا التسلسل على شعور الشخص بالراحة عند ذهابه إلى أي مكان وأن يكون مطمئناً في علاقته بالآخرين مثلما كان قبل تعرضه لهذا الحادث.

- الاستفادة من التشريط الفعال في المجالات التطبيقية:

استخدم التشريط الفعال في مجالات تطبيقية متعددة فاستخدم مثلاً في مجال العلاج النفسي حيث يدرب الذهانيون على إصدار استجابات يعقبها الحصول على الطعام مثلاً أو غيره من أنواع المكافآت الفعلية أو الرمزية واستخدام على نطاق واسع في تعليم المتخلفين عقلياً للقيام بأعمال معقدة بالنسبة لهم مثل تناول الطعام أو ارتداء الملابس، فيجزأ ارتداء الملابس إلى عدة خطوات بسيطة مثلاً عند ارتداء القميص يتم إلباس الطفل القميص بنسبة ٨٠٪ ويقوم الطفل نفسه بإكمال العملية ويشجع أو يعطي التدعيم بعد ذلك. وعندما يتعلم هذه الخطوة البسيطة تضيف خطوة أخرى فنقوم بالبأس الطفل القميص بنسبة ٦٠٪ ويقوم هو بإكمال الباقي مع إعطائه

التدعيم الملائم وهكذا حتى نستطيع أن نجعل الطفل يقوم بكل هذه العملية بنفسه.

كذلك يمكن استخدام الشريط الفعال في زيادة الانتاج وزيادة جودته في مجالات العمل والصناعة. واستخدامه أيضاً في مجالات التعلم الدراسي والتدريب حيث نجد أن هناك ما يسمى بآلات التعلم[١] التي تقدم أسئلة أو بنود للمتعلم وعندما يستجيب الاستجابة الصحيحة يعطى التدعيم حسب جداول التدعيم المعدة من قبل.

وبوجه عام فإن احتمالات التطبيق أمام التشريط الفعال احتمالات كبيرة ويمكن استخدامه في مجالات متعددة.

---

(١) Teachning machines.

النظريات المعرفية في التعلم
«نظرية الجشتالط»

١٦ ـ «نظرية الجشتالط»

بدأت النظريات المعرفية في التعلم بنظرية الجشتالط التي أعلنها ماكس مزتهيمر[١] في عام ١٩١٢ قبل إعلان واطسون للسلوكية بعام واحد. ولقد كان مع مزتهيمر زميلان آخرن هما: كهلر[٢]، كوفكا[٣]، وقد أثار هذان الزميلان الاهتمام بالنظرية بما قدماه من مؤلفات عرفت الجمهور بها. وقد كانت لكتابات كوفكا تأثير هام على نظرية التعلم في أمريكا نظراً لما احتوت عليه من نقد مفصل للنظرية السلوكية ولنظرية ثورندايك. وقد دعم هذا النقد تلك التجارب الشهيرة التي أجراها كهلر على قردة الشمبانزي. وقد كان التعارض الواضح بين كهلر وثورندايك يدور حول تفسير التعلم بالاستبصار أو بالمحاولة والخطأ. لكن التعارض بين سيكولوجيا الجشتالط وعلم النفس الارتباطي كان تعارضاً أكثر عمقاً، فقد هاجمت نظرية الارتباطية عند فونت وأتباعه، حول تصورها للإحساس، فالمدرك الحسي عندها يتكون من عناصر حسية تتجمع معاً بالارتباط[٤] وعندما تحول علماء الجشتالط إلى دراسة التعلم استخدموا نفس المفاهيم التي استخدموها بنجاح من قبل في مجال الإدراك. فنقطة البدء في معالجة كوفكا للتعلم هي افتراض أن قوانين تنظيم الإدراك قابلة للانطباق على التعلم ويعطي علماء الجشتالط أهمية كبيرة لمفهوم الصيغة الكلية[٥]. ويمكن أن ننظر إلى كل

---

(١) Wertheiner.
(٢) Kohler.
(٣) Kofka.
(٤) Association.
(٥) Gestalt.

صيغة باعتبارها كلاً منعزلاً قائماً بذاته، ومن المهم أن نلاحظ التمييز بين الشكل والأرضية[1]. فالشكل في أي إدراك هو الجشتالط.. هـو الكل الموحد الذي يبرز... هو الشيء الذي ندركه. أما الأرضية فهي خلفية غير متميزة إلى حد بعيد يظهر الشكل في مقابلها.

ويلاحظ أن هناك تقلباً بين الشكل والأرضية بحيث أن مـا يظهـر كشكل في لحظة معينة قد يتحول إلى خلفية في لحظة أخرى تبعاً لتركيـز انتباهنا على هذا أو ذاك وهذه التغيرات في علاقات الشكل والأرضية لها دور هام ليس فقط في الإدراك بل أيضاً في التعلم والتفكير. وبالطبع من الممكن أن نحلّل الشكل الجشتالطي إلى عناصره وأجزائه التي يتكون منها. فكون أربع نقط بهذا الشكل : : على صفحة بيضاء تبدو لنا كالمربع لا يمنع أن تظل أربع فقط، إلا أن ما يهتم به العالم الجشتالطي هو أن مـا نراه مباشرة عبارة عن مربع، وبعد ذلك نستطيع أن نحلل هذا المربع إلى أربع نقط وندرس ما الذي يجعل هذه النقط تبدو كمـربع، بينـما لو وضعت بطريقة مختلفة لا تبدو كذلك فصيغة المربعية التي تعتمد على طراز النقط لا على النقط نفسها هي المظهر الهام فيما نراه وبذلك فإن الصيغة أو الجشتالط أكثر من مجرد مجموع الأجزاء، ويفسر علماء الجشتالط التعليم بمصطلحات الإدراك فبدلاً من السؤال عن ما الذي تعلم الفرد أن يعلمـه؟ نجدهم يتساءلون عن كيف تعلم الشخص إدراك الموقف؟ وهذا هو محور التضاد والتعارض بين التفسير الجشتالطي والتفسير الترابطي فـالتعلم عند علماء الجشتالط ليس إضافة أشياء جديدة وطرح أشياء قديمة ولكنه عبارة عن تغير جشتالط إلى جشتالط آخر، صحيح أن علماء الجشتاط يتكلمون عن آثار الذاكرة، وهي الآثار التي تركتها الخبرات السابقة على الجهاز العصبي إلا أن آثـار الذاكـرة ليست عناصر منعـزلة بـل هي كليات منـظمـة أو جشتالطات.

---

(١) Figure and Background.

دراسات الاستبصار[1]:

تعتبر دراسة الاستبصار من أهم إسهامات النظرية بالنسبة للتعلم، فالتعلم يحدث فجأة ويصحبه غالباً شعور المرء بأنه أصبح يفهم ما لم يكن يفهمه، وهذا التعلم يتميز بأنه أكثر مقاومة للنسيان ومن السهل نقله إلى المواقف الجديدة وهو يتضمن الاستبصار.

ولذلك فإن المفاهيم الإدراكية في النظرية قابلة للانطباق على التعلم، فالكائن الذي حدث له استبصار يرى الموقف الكلي بطريقة جيدة وهي طريقة تتضمن فهم العلاقات المنطقية أو إدراك الصلات بين الوسائل والغايات.

هذا التعلم لا يقتصر على الإنسان، فقد أجرى كهلر خلال الحرب العالمية الأولى تجاربه في جزر الكناري على الشمبانزي، فكان يقدم للشمبانزي مشكلات يعرض فيها الموز بعيداً عن متناولها ويكون من الممكن الحصول على الموز بأساليب جديدة لم تمر بها الشمبانزي من قبل مثلاً: يعلق الموز في سقف قفص الشمبانزي ويكون هناك داخل القفص صناديق ملقاة جانباً يمكن للشمبانزي أن تضعها بعضها فوق بعض بحيث تستطيع تسلقها للحصول على الموز. أو يكون الموز خارج القفص بعيداً عن متناول الشمبانزي ويمكن الحصول عليه فقط بجذبه بعصا. مثل هذا الترتيب للتجربة له ميزته من وجهة النظر الجشتالطية إذ تتيح للكائن أن يرى كل العناصر اللازمة للحل. وقد وجد كهلر أن هذه المشكلات لم يتم حلها بشكل فجائي فقط، بل حلت غالباً بعد فترة من الوقت لم يكن الشمبانزي منهمكاً أثناءها في محاولة الوصول للموز ولكن كان يبدو أحياناً كما لو كان الحيوان عندما فشله في الحصول على الموز بالطريقة المألوفة جلس وفكر في المشكلة وفجأة رأى الحل.

---

(١) Insight.

هذه الوقائع التجريبية تتمشى جيداً مع مصطلحات إعادة التنظيم الإدراكي وأمكن لكهلر القول بأن الشمبانزي رأت الصناديق فجأة لا كأدوات للعب بل كوسائل تعاونها في التسلق إلى الموز أي أدركت العلاقة بين الصناديق والموز، وخلال الوقت الذي لم تكن الشمبانزي تعمل فيه شيئاً بنشاط كانت تمر بعملية إعادة بناء إدراكي، وعندما اكتملت توصلت إلى الحل الفوري.

قوانين التعلم عند نظرية الجشتالط:

يعتبر الاستبصار من المفاهيم الأساسية في تفسير التعلم عند الجشتالطين وهو يتطلب رؤية مظاهر معينة من الموقف في علاقتها أحدها بالآخر بحيث تبدو جميعاً كجشتالط واحد، فما هي العوامل التي تحدد تكوين الجشتالط بحيث يحدث الاستبصار؟

يرى كوفكا أن المبادىء التي تنطبق في المواقف الإدراكية البسيطة جداً هي نفس المبادىء التي تنطبق في مواقف حل المشكلات المعقدة ولذلك اقترح الأخذ بقوانين الإدراك التي قدمها فرتهيمر والاستفادة بها في تفسير التعلم وأهمها قوانين القرب والتشابه والاستمرار والإغلاق وسنعرض هنا لقانوني القرب والإغلاق حتى تتضح كيفية تفسير التعلم بهذه القوانين الإدراكية.

قانون القرب:

يشير هذا القانون إلى الطريقة التي تميل من خلالها البنود المفردة إلى تكوين مجموعات بحسب طريقة توزيعها وانتشارها في المكان أو الزمان بحيث أن البنود الأقرب لبعضها تميل إلى التجمع معاً. وقد نلاحظ أن هذا القانون يرتبط مباشرة بالإدراك ولكن الإدراك والتعلم يرتبطان معاً ارتباطاً وثيقاً عند الجشتالطين. فمن السهل على الشمبانزي أن تدرك أنها تستطيع باستخدام العصا الوصول إلى الموز إذا وضعناهما في جانب واحد من القفص مما ييسر إدراكها على أنهما يتمشيان معاً.

- قانون الإغلاق:

يقضي هذا القانون بأن المساحات المغلقة تكون وحدات. ويلعب هذا القانون في النظرية المعرفية نفس الدور الذي يلعبه التدعيم في النظريات الترابطية فخلال الفترة التي يكون الفرد فيها في حالة توتر لحل المشكلة فإن إدراكه للموقف يكون غير كامل وعندما تحل المشكلة ويحصل على المكافأة تنضم الأجزاء المنفصلة من الموقف مع بعضها في شكل إدراكي مغلق يتكون من المشكلة والهدف ووسائل الوصول للهدف.

ولا تؤكد النظرية المعرفية على الوصول للهدف ولا تعطيه الأهمية التي تعطيه له النظرية الارتباطية، بل تؤكد النظرية المعرفية على إكمال النشاط وربط عدد من الأجزاء معاً الواحد منها بالآخر.

هذا التفسير أكثر إقناعاً عندما نطبقه على الراشدين الذين يتصرفون بوعي من أجل الوصول إلى هدف معين، ولكن العلاقة بين العلاقة بين الإغلاق بهذا المعنى والإغلاق في إدراك الشكل الهندسي تبدو علاقة تعسفية نوعاً ولعل من الأدق أن نقول أن كوفكا أطلق نفس الإسم (قانون الإغلاق) على قانونين أحدهما في الإدراك والآخر في التعلم بدلاً من القول بأنه طبق قانون الإغلاق في الإدراك على التعلم.

١٧ ـ نظرية التعلم الاجتماعي

قدم ألبرت باندورا[١] نظريته في التعلم الاجتماعي ليبين كيف نتعلم في الحياة اليومية بعيداً عن المعمل. وقد جمعت نظريته بين مبادىء النظريات السلوكية الترابطية والنظريات المعرفية مركزاً على التعلم الإنساني كتفاعل متصل بين الفرد والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها.

وعلى الرغم من أن نظرية التعلم الاجتماعي لم تفحص أو تفسر العمليات الداخلية المتضمنة في التعلم بالتفصيل الذي أولته لها النظريات المعرفية، إلا أنها تعترف بوجود هذه العوامل الداخلية من استبصار وفهم وإدراك.

وتبعاً لنظرية التعلم الاجتماعي، فنحن لا نتعلم فقط من خلال تجاربنا المباشرة القائمة على تجزئة السلوك والتكرار والمكافأة ولكننا نتعلم أيضاً من خلال ملاحظة الآخرين وتقليدهم أو من خلال ما يحكى لنا عن خبراتهم. فالتعلم الاجتماعي إنما يتم على مستوى اقتدائي من خلال ملاحظة شخص آخر يقوم بأداء السلوك أو القراءة عنه أو رؤية صور تمثل هذا السلوك ثم محاولة تقليد استجابة هذا النموذج أو القدرة[٢].

ومن الواضح أن كثيراً من المهارات الإنسانية لا يمكن تعلمها إلا من خلال هذا النوع من التعلم بالملاحظة[٣]، مثال ذلك: تعلم النطق

---

(١) Albert Bandura.

(٢) Observational learning.

(٣) Model.

باللغات الأجنبية، كذلك قيادة السيارات والتي يمكن أن نتعلمها من خلال مبادىء التشريط التقليدية، فهي في الواقع أسهل وأكفأ في تعلمها من خلال التعليمات اللفظية والتوضيح من خلال أداء القدرة.

ومن الواضح أن كثيراً من المهارات الإنسانية لا يمكن تعلمها إلا من خلال هذا النوع من التعلم بالملاحظة[1]، مثال ذلك: تعلم النطق باللغات الأجنبية، كذلك قيادة السيارات والتي يمكن أن نتعلمها من خلال مبادىء التشريط التقليدية، فهي في الواقع أسهل وأكفأ في تعلمها من خلال التعليمات اللفظية والتوضيح من خلال أداء القدرة.

وحينما نتعلم من الآخرين بشكل غير مباشر من خلال السرد مثلاً كما في دروس التاريخ يسمى تعلم بالعبرة[2] وحينما يتم التعلم مباشرة من خلال المشاهدة والاحتكاك يسمى تعلم بالملاحظة أو بالاقتداء[3]، حيث يلعب النموذج أو القدرة دوراً كبيراً له أهميته في امتصاص ما يتعلم منه. ولذا لا بد أن يتميز القدوة بالمهارة والخبرة وأن يكون ذا مركز مرموق وأن يكون قادراً على الإثابة أو أن يثاب هذه القدرة على سلوكه. ويرى باندورا أنه بإمكان الاقتداء أن يعلم الفرد سلوكاً جديداً، وأن يكف عنده سلوكاً غير مرغوب إذا ما شاهد اتجاهات سلبية تجاه سلوك يماثل سلوكه، وأن يثبت ويدعم سلوكاً يمارس (إذا ما تعرض لقدرات مختلفة تصدر هذا السلوك وتتلقى عليه الإثابات).

ـ التعلم بالملاحظة:

أجرى باندورا معظم تجاربه على الأطفال[*] لإلقاء الضوء على العديد من المتغيرات التي تؤثر في هذا النوع من التعلم.

---

(١) Vicarious learning .

(٢) Nodeling.

(*) أجرى رواد المدرسة الترابطية والمعرفية تجاربهم على الحيوانات، وهذه إحدى الانتقادات التي وجهها باندورا لسابقيه.

ونموذج التجربة كما يقدمه باندورا يتمثل في أن يجلس طفل صغير ويلاحظ شخصاً آخر (القدوة) يؤدي نشاطاً سلوكياً معيناً ثم يختبر الطفل تحت ظروف معينة لتحديد مدى محاكاة سلوكه لسلوك القدوة، ومقارنة سلوك الطفل بسلوك أطفال آخرين (مجموعة ضابطة) لم يلاحظوا أداء القدوة.

ويمكننا أن نتبين عوامل مختلفة مؤثرة في هذا الموقف ومن هذه العوامل التي درسها باندورا: -

(١) الخصائص التنبيهية للقدوة: -

- أ - عمر القدوة وجنسه ومكانته بالنسبة للمفحوص: وقد وجد باندورا أنه كلما زادت مكانة القدوة كلما زادت درجة تقليد المفحوص له.

- ب - درجة التشابه بين القدوة والمفحوص: قد يكون القدوة طفلاً آخر في نفس الحجرة، أو طفلاً في فيلم سينمائي، أو حيوان في فيلم كرتون... إلخ، وقد اتضح أنه كلما قلّ الشبه بين القدوة والمفحوص كلما قلت درجة المحاكاة.

(٢) نوع السلوك الذي يقدمه القدوة:

أ - درجة التعقيد في السلوك: وجد أنه كلما زادت درجة التعقيد كلما قلّت درجة المحاكاة.

ب - نوع الاستجابة: اتضح أن الاستجابات العدوانية هي أكثر الاستجابات قابلية للمحاكاة.

(٣) ما يترتب على سلوك القدوة: (عقاب - ثواب - تجنب - إهمال). وقد وجد أن السلوك المثاب أكثر قابلية للاقتداء.

(٤) الوجهة الدافعية المعطاة للمفحوص:

فالتعليمات التي تصدر للطفل قبل ملاحظته لسلوك القدوة وتزوده بدافع مرتفع لكي يوجه انتباهه للسلوك الملاحظ. ويمكن إيجاد حالة

التأهب الدافعي لدى الطفل بأن نخبره بأنه سيكافأ بمكافأة تتناسب مع مقدار محاكاته لسلوك القدوة.

ميكانيزمات التعلم بالملاحظة:

يحدد باندورا أربعة عوامل أو ميكانيزمات ضرورية في التعلم بالملاحظة:

(١) عمليات الانتباه[1]:

وهي العمليات التي تحدد ما إذا كانت ستوجه اهتمامه بنموذج محدد أم لا. ويؤثر في عملية الانتباه شخصية المنتبه وخصائص النموذج.

(٢) عمليات الاحتفاظ[2]:

وهي عملية التخزين والاحتفاظ بما تم ملاحظته وتذكره حين الحاجة إليه.

(٣) إعادة الانتاج الحركي (التنفيذ)[3]:

وهو عبارة عن ترجمة المشاهد إلى فعل أو سلوك.

(٤) التدعيم: والمقصود هنا توقع المكافآت كعامل دافعي لمحاكاة السلوك الملاحظ.

وللتدعيم عند نظرية التعلم الاجتماعي معنى مختلف عما يراه أصحاب نظريات التعلم التقليدية الذين يميزون بين نوعين من المدعمات:

(١) مدعمات أولية[4] وهي ترتبط بحاجات الجسم الفسيولوجية كالطعام والشراب.

(٢) مدعمات ثانوية[5] كالمال مثلاً، بينما تؤكد نظرية التعلم الاجتماعي على أن سلوكنا يتأثر إلى حد كبير بالتدعيم الرمزي[6]

---

(١) Attentional.

(٢) Retention.

(٣) Motor reproduction.

(٤) Primary reinforcers.

(٥) Secondary reinforcers.

(٦) Symbolic.

كالمجالات والثناء والعاطفة[1] أو حتى جذب اهتمام الآخرين وهناك شك من حيث التمييز بين المدعمات الرمزية والمدعمات الثانوية فبعض علماء النفس يرون أنهما مختلفان حيث لا ترتبط المدعمات الرمزية مباشرة بالمدعمات الأولية، بينما يرى البعض الآخر أنها ترتبط بها، على سبيل المثال تكون العاطفة مدعماً ثانوياً للجنس.

على أي الأحوال فالمدعمات الرمزية اجتماعية المنشأ حيث تأتي إلينا من الآخرين. وكثير من المدعمات الرمزية ثابتة[2] كالسعادة التي نتلقاها من قراءة قصة، بينما بعضها الآخر نسبي، فقد لا تطرب لثناء يوجه إليك إذا وجدت شخصاً آخر يكن عليه أكثر منك.

وهناك التدعيم بالعبرة فقد نعدل من سلوكنا أو نغيّره حينما نرى الآخرون يعاقبون أو يثابون على سلوك مماثل، وهنا يعرف التدعيم بالعبرة أو بالاقتداء على أنه «تغيّر في سلوك المشاهد نتيجة لمشاهدته النتائج والآثار التي تصاحب أداء الآخرين».

والأهم من ذلك «التدعيم الذاتي»[3] السلبي والإيجابي، فنحن نمتلك قدرات عديدة لضبط سلوكنا حينما نتوجه إلى الذات ونحتكم إليها. وعلى حد قول باندورا «ليس هناك عقاب مدمر أكثر من احتقار النفس[4]».

لقد قدمت نظرية التعلم الاجتماعي منحىً جديداً يبرز عمليات الرمز والاقتداء بالملاحظة والتعلم الاجتماعي وتنظيم الذات من خلال التدعيم الذاتي بالإضافة إلى مبادىء التعلم التقليدية ولذلك بإمكانها أن توضح كيفية تعلم واكتساب المهارات العملية وأساليب التعامل والتفاعل

---

(١) Affection.

(٢) Constant.

(٣) Self reinforcemeat.

(٤) There in no more devastating punishment than self contempt.

الاجتماعي. ليس هذا فقط بل تبين كيف تنتقل الاتجاهات والقيم والأفكار من شخص لآخر.

فنظرية التعلم الاجتماعي تهتم أساساً بكيفية نمو الشخصية بجوانبها المزاجية والاجتماعية.

١٨ ـ الانفعال [١]

يعد مفهوم الانفعال واحداً من أهم المفاهيم وأشيعها استخداماً في علم النفس الحديث، ورغم ذلك، فإنه يصعب الوصول إلى تعريف محدد ودقيق لهذا المفهوم.

ونحن عادة نقصد بالانفعال: تلك الحالة من الاضطراب المصحوب بزيادة في النشاط، والتي تعتري الكائن في لحظة ما، ولهذه الحالة مصاحبات شعورية وسلوكية وفزيولوجية محددة.

ويختلف الباحثون في الأهمية النسبية لكل مكوّن من هذه المكونات الثلاثة. والواضح أن أي فهم دقيق للانفعال لا يتم إلا من خلال الإحاطة بكل منها.

أبعاد الانفعال:

هناك أربع أبعاد أساسية يمكن أن توفر أسلوباً أو إطاراً مناسباً لوصف الانفعال. هذه الأبعاد هي: الطابع الوجداني[٢] للانفعال ما إذا كان انفعالاً ساراً أو غير سار، والشدة[٣]، والديمومة[٤] والتركيب[٥].

١ ـ الطابع الوجداني للانفعال:

ربما كانت القيمة الوجدانية للانفعال ـ بمعنى كونه مدركاً على أنه انفعال سار أو غير سار ـ من أهم جوانب الانفعال إطلاقاً. فمنها تنبع القوة

---

(١) Disturbance.
(٢) Affective tore.
(٣) Intensity.
(٤) Temporal duration.
(٥) Complexity.

الدافعية للانفعال، فجاذبية الانفعال السار تدفعنا نحو تحقيقه وتحقيق الأعمال التي توصلنا إليه، بينما يقودنا النفور من الانفعال غير السار إلى تجنب ما يؤدي إليه من أعمال.

والحق أن التفرقة بين ما هو سار وما هو غير سار تفرقة شعورية إلى حد كبير وتعتمد على الموقف، فالانفعال الذي يثيره منبه مخيف نوعاً انفعال غير سار، ولكن الأمر يختلف إذا تعرضنا لهذا المنبه بعد فترة من السكون (وخصوصاً إذا كانت احتمالات الأذى ضعيفة جداً) ومن هذه الحالة يكتسب نفس المنبه قيمة مختلفة.

٢ ـ الشدة:

يمكن أن تظهر الشدة في أي جانب من جوانب الانفعال الثلاثة: الشعور أو الوعي والسلوك، والتغيرات الفزيولوجية، والواقع أن الانفعال لا يكشف عن درجة شدته في الثلاث جوانب بنفس الوضوح. في أحيان كثيرة، فالموظف الذي أهانه رئيسه في العمل أمام زملائه يشعر بغضب شديد، وجسمه يغلي من الغضب (بمعنى أن هناك تغيرات فزيولوجية حادة) ولكنه قد يبدي ابتسامة باهتة على وجهه ولا يعبر سلوكياً عن هذا الانفعال هذه الصورة ـ المبالغ فيها نوعاً ـ ليست هي القاعدة وعادة ما نجد اتساقاً بين درجة الشدة الانفعالية في الجوانب الثلاثة.

٣ ـ الديمومة:

تختلف الاستجابات الانفعالية في درجة استمراريتها فهناك الانفعال العابر (مثل الألم الذي تثيره شكة الدبوس) وهناك من الانفعالات ما يبقى لمدة طويلة وربما أدى إلى نتائج دائمة.

وهناك فئتان من الانفعال الذي يطول نوعاهما: المزاج[١] والخلق[٢].

ويشير المزاج إلى الحالة الوجدانية التي تستمر لساعات وربما لأيام

---

(١) Mood.

(٢) Temperament.

ويقال أن الشخص متقلب المزاج[1] إذا كان يتعرض كثيراً لهذه الحالات المتباينة وطبعاً يختلف المزاج على بعد الشدة أيضاً، وعندما تطول حالة وجدانية مزاجية معينة لفترة طويلة بحيث تصبح مزمنة فإننا نجد أنفسنا إزاء ما نسميه بالخلق أو بسمات[2] مزاجية محددة في الشخصية.

٤ ـ التركيب:

من أهم خصائص الانفعال وأكثرها إثارة للاهتمام درجة تركيبها: فنحن نادراً ما نتعامل مع انفعال واحد، وعادة ما تكون هناك روافد عديدة من المشاعر التي تتفاعل معاً لتنتج لنا الانفعال وعلى هذا فالانفعال الظاهر ليس بالبساطة التي نتصورها.

أنواع الانفعالات

يمكن أن تصنف الأنواع الرئيسية للانفعالات من حيث مصادرها وموضوعاتها. وعلى هذا نستطيع أن نميز مصدرين أساسيين للانفعال: المواقف والأفراد (الجماعة)، ونستطيع من ثم أن نقوم بعدد من التقسيمات الداخلية حسب الموضوعات في كل مصدر من هذين المصدرين. ويبين الرسم رقم (١) الأنواع المختلفة من الانفعالات وفقاً لهذا التصنيف.

١ ـ الانفعالات الموقفية:

يمكن تقسيم الانفعالات الموقفية إلى تلك التي يستثيرها موقف التنبيه المباشر من خلال التأثير الحسي، وتلك التي تتعلق بالخصائص الدافعية طويلة المدى للموقف أو أي خصائص لها طابع الدوام له.

أ ـ التأثيرات الحسية المباشرة:

تعد استجابة الألم من أهم الأمثلة على الأساس الحسي للاستجابات الانفعالية. فأي منبه شديد يؤدي إلى إصابة في البناءات أو الأنسجة

---

(١) Moody.

(٢) Traits.

الجسمية - وخاصة في المناطق الطرفية - يؤدي إلى استثارة استجابة ألم. وتعتمد احتمالية أن تؤدي استجابة الألم على غضب وهجوم أو خوف وانسحاب، على طبيعة الموقف وطبيعة إدراك الفرد لهذا الموقف.

ب - الانفعالات الأولية:

تستثار معظم الانفعالات من خلال الطريقة التي يدرك الفرد من خلالها المنبهات في الموقف في ضوء دوافعه وأهدافه المختلفة ونستطيع أن نميز أربعة أنماط من الاستجابة الانفعالية يشار إليها بالانفعالات الأولية.

١ - السعادة[١]:

تنتج استجابة السعادة عن إشباع لدافع أو دوافع معينة، وكلما كان الإشباع كاملاً ومناسباً كلما زادت درجة السعادة.

٢ - الحزن:

على الطرق المقابل - في المتصل العاطفي - للسعادة نجد الحزن. وينشأ الحزن عن فقدان هدف مرغوب أو ضياع شيء عزيز ويتحول الحزن في صورته الزائدة إلى حالة من الحداد المستمر أو الأسى الشديد[٢] وأحياناً إلى حالة من الاكتئاب[٣]. ويتسم الاكتئاب بانخفاض شديد في مستوى النشاط الجسمي الظاهر وميل للتعلق بما فقد.

٣ - الخوف[٤]:

من الصعب أن نصف المشاعر الانفعالية التي تميز الخوف، والخوف استجابة واعية لخطر حقيقي أو متخيل، ومن أهم ما يميز الخوف أن الفرد غير قادر على دفع ذلك الخطر الواقعي أو المتخيل، فإذا كنت تعبر الشارع وهناك سيارة قادمة على البعد، فإنها لا تشكل بالنسبة لك منبهاً مخيفاً، ولكن إذا تعثرت قدماك فجأة ووقعت على الأرض واقتربت السيارة أكثر

---

(١) Happiness.

(٢) Grief.

(٣) Depression.

(٤) Fear.

وأكثر فإنها تصبح بالنسبة لك منبهاً مخيفاً وطبعاً فإن هذا يعكس عجزك أمام هذا الموقف الجديد الذي لا تستطيع مجابهته بسهولة.

٤ ـ الغضب[1]:

عادة ما يكون الموقف الذي يستثير الغضب هو الموقف الذي يتعطّل فيه نشاط هادف يقوم به الفرد، ويتوقف شعورنا في مثل هذا الموقف بالغضب أو بالخوف على إدراكنا للموقف، وعلى طبيعة المنبه الذي يؤدي إلى تعطيل السلوك. فالغضب الشديد الذي تشعر به عندما تصدم سيارة أخرى سيارتك يمكن أن يتبدد بسرعة ويتحول إلى شيء من الخوف إذا ما وجدت أن السيارة التي اصطدمت بها، هي سيارة شرطية، أو سيارة يركبها شخص تبدو على ملامحه السطوة والميل إلى العنف.

٢ ـ الانفعالات الاجتماعية

تنقسم الانفعالات الاجتماعية إلى فئتين رئيسيتين:

أ ـ انفعالات تتعلق بالفرد نفسه ومرجعها إليه.

ب ـ انفعالات تتضمن استجابة للآخرين وتفاعلاً معهم.

وهناك تداخل واضح بين الانفعالات الاجتماعية والانفعالات الموقفية، فكل الانفعالات الاجتماعية تتضمن مواقف، وتتوقف التفرقة بين ما هو اجتماعي وما هو موقفي على ما إذا كانت الاستجابة تتركز على شخص أو أشخاص بعينهم أو على الموقف نفسه.

وسنتناول كل من هذين النوعين بالتفصيل:

أولاً: الانفعالات المتعلقة بتقدير الفرد لذاته[2].

١ ـ الشعور بالفخار[3] في مقابل الشعور بالخزي[4].

---

(١) Anger.

(٢) Self - appraisal.

(٣) Pride.

(٤) Shame.

هناك عوامل شخصية واجتماعية كثيرة تحدد درجة التقدير التي نكنّها لأنفسنا، ومن أهم هذه العوامل معايير الأداء التي نضعها لأنفسنا أو يضعها المجتمع لنا في مجالات إنجاز عديدة كالتحصيل الدراسي، أو المستوى الاقتصادي أو الرياضة.

فالبيئة الاجتماعية التي نعيش في إطارها تضع أو تحدد لنا توقّعات معينة عن مستوى الإنجاز المطلوب منا، عن الدرجات العلمية التي ينبغي لنا الحصول عليها. عن نوع السيارة ودرجة رفاهيتها.. الخ. وتحدد قيمتنا الاجتماعية في هذه البيئة حسب درجة وفائنا بهذه التوقعات.

وهناك أيضاً توقعاتنا نحن لأنفسنا، وهي نتيجة للتفاعل المركّب بين ما يتوقعه المجتمع منا من إنجازات وبين سمات شخصيتنا ودوافعنا الشخصية وقدراتنا الحقيقية، وبناء القيم لدينا إما إذا كان متسقاً مع البناء القيمي العام أو متعارضاً.

ولعل من أهم ما يحدد درجة التقدير التي يكنّها الفرد لنفسه هو مستوى طموحه، ولعل المقارنة بين حجم الإنجاز الأكاديمي والاجتماعي والاقتصادي المتحقق فعلاً وبين حجم الإنجاز الذي يحدده مستوى الطموح لدى الفرد هي من أهم محددات ما الذي كان الفرد يشعر بالفخار والعزة أو يشعر بالخزي والمعرة.

٢ ـ الشعور بالذنب[١] والندم[٢]:

الشعور بالذنب هو استجابة انفعالية مباشرة ومحددة لموقف يقوم فيه الشخص بانتهاك مبدأ أخلاقي. وتمثل العقيدة الدينية أوضح مصدر للمبادىء الخلقية التي تنتهك ويسبب الشعور بانتهاكها الشعور بالذنب، وليست العقيدة الدينية هي المثال الوحيد لما يسبب الشعور بالذنب. وإنما هناك أمثلة أخرى عديدة فمثلاً الأب شديد الهيبة، صارم الأخلاق الذي

---

(١) Guilt.

(٢) Remorse.

تمثل مبادئه إطاراً أخلاقياً شديد الوطأة على أفراد أسرته، ويعتبر التخلي عن هذا الإطار أو مخالفته مصدراً هاماً من مصادر الشعور بالذنب.

ويمثل الندم جانباً واضحاً وصريحاً من الشعور بالذنب.

ثانياً: الانفعالات (الاجتماعية) التي تتضمن تفاعلاً مع الآخرين:-

الحب والكراهية[1]:

يكون المتصل[2] الوجداني الذي يتسم بمشاعر إيجابية قوية في أحد أطرافه ومشاعر سلبية قوية في الطرف الآخر على أعلى درجة من الوضوح عندما يتعلق الأمر باستجابتنا للأشخاص الآخرين المهمين[3] في حياتنا. الحب ارتباط انفعالي شديد بأشخاص آخرين وله أنواع عديدة مثل الحب الرومانسي، والحب الأبوي... الخ. والكره نفور انفعالي شديد من أشخاص آخرين مع تداخل بدرجات متفاوتة للغضب والخوف. ويميل الحب والكراهية عموماً إلى أن يكونا انفعالات شبه مستديمة وكذلك فهما ‍ضان للتراوح بين الزيادة والنقصان عبر الوقت، ويرتبط هذا في معظم وال بوجود أو غياب الأفراد المقصودين بالحب أو الكراهية.

---

(1) Interpersonal emotion.

(2) Continuus.

(3) Significant others.

١٩ ـ تأثيرات الاستثارة الانفعالية(١):

العلاقة بين الاستثارة الانفعالية والعمليات السلوكية الأخرى علاقة شديدة التعقيد بحيث يصعب وصفها والإحاطة بها بشكل مبسط وميسّر.

١ ـ التأثيرات المباشرة: يمكن أن تؤدي الاستثارة الانفعالية إلى نتائج متضاربة على السلوك، فأحياناً ما يؤدي الخوف الشديد إلى اضطراب وانهيار كامل في كفاءة السلوك، فيتجمد الفرد ويمثّل سلوكه. من ناحية أخرى فإن هناك من عظائم الأعمال ما كان دافعه الخوف الشديد، فأغلب الظن أن خوف جنود طارق بن زياد من الغرق في البحر هو أحد الدوافع التي أدت بهم إلى الانتصار في فتح الأندلس.

وفي الحالات العادية، فإن درجة متوسطة من الاستثارة الانفعالية تمثل حداً أمثل من الاستثارة يمكن من أداء السلوك المطلوب بأفضل صورة ممكنة. فإذا زادت الاستثارة الانفعالية عن ذلك أدت إلى تشتيت للفرد ينعكس على أدائه، وإذا انخفضت عن الحد الأمثل تكون بصدد حالة من عدم الاهتمام وعدم شحذ الطاقة مما يؤدي إلى نقص في كفاءة السلوك أيضاً.

ويمثل الشكل (١) العلاقة بين الأداء وبين مستوى الاستثارة وهو نتيجة لدراسات متعددة أجريت من منطلق أن الانفعال بالإضافة إلى جوانبه الوجدانية والشعورية يمثّل حالة من الطاقة التي تكون ضرورية لصدور أي سلوك.

---

(١) Emotional Arousal.

٢ ـ الآثار بعيدة المدى للانفعال:

تؤدي الانفعالات الشديدة إلى آثار بعيدة المدى على شخصية الفرد وبنائه الجسمي. فالمخاوف المرضية تنشأ نتيجة لخبرات انفعالية شديدة وتستمر لفترات طويلة ما لم تعالج. وهناك الكثير من النظريات التي تربط ما بين الانفعال والمشقة[١] التي يفرضها على الكائن وبين احتمالات الإصابة بأمراض جسمية عديدة ولعل من أهم هذه النظريات نظرية سيلي[٢].

ويرى سيلي أن استمرار الحالات الانفعالية لمدة طويلة يمكن أن يؤدي إلى تغيرات دائمة في أداء الجسم لوظائفه ومن الممكن أن تكون هذه التغيرات مرضية بحيث تهيئ المجال لحدوث أمراض جسمية مثل القرحة والربو وضغط الدم المرتفع وأمراض القلب المختلفة.

٣ ـ ارتقاء الانفعال:

الارتقاء الانفعالي في الطفولة المبكرة:

هناك ما يشبه الاتفاق العام على أن التعبير الانفعالي المبكر لدى الطفل أو الوليد يكون عاماً وغير متمايز، ثم يبدأ في التمايز إلى انفعالات إيجابية وسلبية في حوالي الشهر الثالث، ثم إلى انفعالات تقارب ونفور عند الشهر السادس.

ثم يبدأ الانفعال في المزيد من التمايز إلى البهجة بالموقف أو المحبة الشخصية الموجهة أولاً إلى الراشدين ثم إلى الأطفال من نفس العمر بعد ذلك.

ولعل من أهم الدراسات في التعبير الانفعالي لدى الأطفال حديثي الولادة هي تلك الدراسة التي قام بها واطسن.

ولقد كان واطسن مهتماً بدراسة طبيعة المنبهات الأولى ذات التأثير في

---

(١) Stress.

(٢) Seley.

إحداث استجابات انفعالية لدى الوليد. فقد وجد واطسن أن هناك ثلاث استجابات انفعالية تستثيرها ثلاثة أنواع من التنبيهات لدى حديث الولادة، فاستجابة الحب كانت تستثار بالربت على الطفل ومداعبته واستثارة المناطق المثيرة للاستمتاع في جسده[1].

ووجد أيضاً أن استجابة الخوف، تستثيرها الأصوات المرتفعة والفقدان المفاجيء للدعم الجسمي مثلما يحدث عندما نسحب المسند الذي يستريح عليه الطفل فجأة.

ويستثار الغضب بمنع الطفل من تحريك جسمه.

وبوجه عام يمكن القول أنه كلما نما الطفل قلّت تعبيراته الانفعالية وما بقي منها كان أكثر تمايزاً بمعنى أنه أكثر ارتباطاً بمواقف محددة وأكثر وضوحاً من الناحية السلوكية البحتة.

---

(١) Erogenous Zones.

٢٠ ـ الدافعية[١]

مفهوم الدافعية من المفاهيم التي استخدمها علماء النفس لتحديد اتجاه السلوك وشدته. «فهو حالة داخلية من عدم التوازن تستثير طاقة الكائن الحي لكي يُشبع حاجاته حتى يعود إلى حالة التوازن».

ومفهوم الدافعية من المفاهيم المستوحاة من ملاحظتنا للسلوك ولذلك سببان نوضحهما فيما يلي:

(١) فالسلوك الموجه أو السلوك المدفوع إلى هدف معين يكون غالباً سلوكاً يتسم بالاستمرارية وفي اتجاه محدد مما يؤكد أن هناك قوة دفع معينة وراء هذا السلوك.

(٢) هناك بعض الاستجابات التي تصدر عن الكائن الحي والتي تتميز بقوتها وشدتها، ومع هذا لا توجد أي منبهات خارجية تستثير مثل هذه الاستجابات.

فالدوافع إذن هي القوة الدافعة أو الطاقة المحركة للكائن الحي، هي التي تدفعنا إلى العمل وبذل الطاقة والنشاط وهي التي توجه سلوكنا وتجعلنا نختار طرقاً دون أخرى. ونحن نختار الطرق التي تؤدي إلى إشباع دوافعنا المختلفة، وإذا لم يتم الاشباع يعاني الفرد من التوتر والاحباط والقلق أو قد يقع فريسة للمرض النفسي.

وهناك مجموعة من المفاهيم التي استخدمها علماء النفس لوصف

---

(١) Motivation.

الجوانب المختلفة لموضوع الدافعية محاولين أن يضعوا تعريفات دقيقة ومحددة لهذه المفاهيم حتى يمكن فهم طبيعة الدوافع، من هذه المفاهيم:

(١) الدافع[١]:

يستخدم للإشارة إلى الحالة الداخلية التي يمر بها الكائن والتي تؤدي إلى إعادة تنظيم سلوكه.

(٢) الهدف[٢]:

يستخدم للإشارة إلى الهدف الذي يتجه إليه الكائن.

(٣) القصد ـ العزم[٣]:

يستخدم هذا المفهوم للإشارة إلى الدوافع التي يمكن أن يعبر عنها بشكل لفظي صريح.

(٤) الحافز[٤]:

يستخدم هذا المفهوم للإشارة إلى الدوافع ذات الطابع البيولوجي مثل دافع الجوع أو العطش، فهو يعبر عن العمليات الداخلية التي تتوسط السلوك، فمثلاً ترتبط الزيادة في النشاط بزيادة عدد ساعات الحرمان من الطعام.

(٥) الباعث[٥]:

يشير هذا المفهوم إلى وجود هدف خارجي يسعى إليه الكائن كالطعام أو الشراب.

العلاقة بين الدافع والعادة:

هناك علاقة وثيقة بين الدافع والعادة (وللأسف لم يوجه الباحثين عناية كافية للتمييز بينهما أو لتوضيح العلاقة بينهما).

---

(١) Motive.

(٢) Purpose.

(٣) Intention.

(٤) Drive.

(٥) Incentive.

ويشير مفهوم العادة إلى: «قوة أو شدة ميل السلوك» وتتكون العادة من خلال التدعيم. أما الدافع فهو «درجة طاقة العادة» ومن ثم يمكن النظر إلى الدافع على أن «عادة نشطة».

مثال يوضح الفرق بين المفهومين: درب فأر جائع على الضغط على ذراع داخل صندوق لكي تسقط له قطعة من الطعام. فإذا قدمنا الفأر أمام مجموعة من الطلبة لكي نوضح لهم كيف تعلم الفأر هذه الاستجابة، فمما لا شك فيه أن الفأر سوف يكون أداءه جيداً. ولكن إذا فرضنا أنه قبل عملية العرض تم إطعام الفأر ثم حاول المجرب أن يجعله يضغط على الذراع للحصول على الطعام، فهنا سوف نجد أن الفأر لم يحاول إصدار الاستجابة مباشرة بل قد يصدر استجابات أخرى. وتفسير ذلك أن الفأر ليس لديه دافع لإصرار الاستجابة المطلوبة ولا نستطيع أن نرجعه إلى أن الفأر قد نسي ما تعلمه من قبل.

والقاعدة العامة التي يمكن الوصول إليها:

إن إداء الكائن لا يعتمد فقط على قوة العادة أو سعتها ولكن يعتمد أيضاً على قدر استثارة هذه العادة وهو ما يمكن أن نرجعه إلى الدافع.

أبعاد الدوافع:

نظراً للتعدد الكبير والمتسع للدوافع، فإنه من الضروري أن نجد بعض الأبعاد أو الخصائص التي تفيد في فهم ووصف وتصنيف الدوافع، من هذه الأبعاد:

(١) الفترة الزمنية[١]:

يعتبر هذا الزمن من الأبعاد الأساسية التي تختلف الدوافع فيما بينها على أساسه ولذلك يمكن أن يستخدم في وصف الدوافع. فهناك بعض الدوافع التي تتميز بقصر الفترة الزمنية بحيث تنتهي بعد فترة وجيزة مثال

(١) Time duration.

ذلك: استعداد الشخص لاستقبال ضيف أو رغبة الطالب في شكر محاضر ألقى محاضرة استمتع بها، والملاحظ أنه بمجرد إشباع هذا الدافع فإنه يختفي. وهناك دوافع تستمر لفترة طويلة مثال ذلك: طموح الفرد في تغيير مستواه الاقتصادي الاجتماعي من خلال نجاحه في العمل وشؤونه الاجتماعية، كذلك رغبة الأديب في كتابة مجموعة مترابطة من القصص. مثل هذه الدوافع تتضمن سلسلة من الأنماط السلوكية التي تتفاوت في درجة تعقيدها. وبين هذين النوعين من الدوافع (قصيرة المدى وطويلة المدى) نجد مجموعة أخرى من الدوافع تختلف في مداها الزمني، ويلاحظ أن معظم الدوافع تقع في هذه المجموعة المتوسطة.

(٢) خاصية الدوران[١]:

تعتبر هذه الخاصية إحدى الخصائص التي تتميز بها الدوافع خاصة الدوافع البيولوجية، فكل الكائنات الحية لا بد أن تتناول الطعام والشراب بشكل منتظم رغبة في البقاء، وإشباع هذه الدوافع يأخذ شكل دائري لا ينتهي أو لا يتوقف، فحالة الجوع يعقبها شبع يعقبها جوع وهكذا حالة العطش يعقبها ارتواء يعقبها عطش حسب احتياج الجسم.

(٣) خاصية السكون (الكمون)[٢]:

هناك بعض الدوافع التي تبدو في حالة ساكنة أو عدم نشاط لفترة طويلة ومع ذلك من الممكن أن تظهر فجأة أو بصورة شديدة عندما تتاح الظروف الملائمة. فعلى سبيل المثال يمكن أن نجد أحد الموظفين في شركة ما لديه شعور بالغيرة وعدم الارتياح من مديره في الشركة بحيث يكون لديه دافع قوي (ولكن غير ظاهر) لطرد المدير من الشركة، هذا الدافع لا يظهر طوال فترة وجود المدير حتى تأتي الظروف الملائمة لكي يظهر بشدة وبقوة. ولعل أبرز الأمثلة على خاصية كمون الدوافع هي حوادث الأخذ بالثأر والذي يظل فيها الدافع كامناً وساكناً عشرات السنين.

---

(١) Cyclic Character.

(٢) Dormancy.

٢١ ـ تصنيف الدوافع

أولاً ـ الدوافع الفسيولوجية:

تتعلق الدوافع الفسيولوجية بالحاجات العضوية للجسم، فالكائن الحي يعمل دائماً على أن يكون في حالة توازن داخلي. فعندما ينخفض تركيز المواد في الدم أو عندما تتغير درجة الحرارة أو يقل مخزون الماء في الجسم نجد أن الكائن الحي يعمل على إعادة التوازن من جديد. وفي بعض الحالات تتم إعادة التوازن أوتوماتيكياً، مثال ذلك عندما ترتفع درجة حرارة الجسم يفرز الجسم العرق الذي يعتبر بمثابة عملية تبريد للجسم. غير أننا نجد بعض الحاجات الفسيولوجية الأخرى التي تؤدي إلى حدوث حالات فسيولوجية ونفسية تستثير الكائن الحي وتزيد من نشاطه العام، فعند حدوث نقص في تركيز مواد معينة بالجسم يؤدي ذلك إلى حالة توتر لا تتوقف إلا عند تعويض هذا النقص، وهذه الحاجات الفسيولوجية ضرورية لبقاء الفرد والنوع والدوافع الفسيولوجية هي كما يلي:

(١) دافع الجوع. (٢) دافع العطش. (٣) دافع الجنس.
(٤) الدافع إلى النفس. (٥) الحاجة إلى البعد عن الألم.
(٦) الحاجة إلى البعد عن الحرارة الشديدة والبرودة الشديدة.
(٧) الدافع إلى تصريف الطاقة.
(٨) الدافع إلى الإخراج. (٩) الحاجة للنوم والأحلام.
(١٠) دافع الأمومة.
(١١) الحاجات الجسمية المتعلمة: مثل حاجة المدمن إلى الوصول إلى

مستوى تركيز معين لعقار بالجسم.

وفيما يلي نعرض لأهم الحاجات أو الدوافع الفسيولوجية:

(١) دافع الجوع[١]:

إن خبرتنا المباشرة بحالة الجوع توحي بأن المنبهات المرتبطة بالجوع تأتي من المعدة. فنقص المواد الغذائية في الدم يؤدي إلى حالة من التوتر العام ينتج عنها تقلصات المعدة كونها منبهات تتصل بدافع الجوع فقط ولكنها لا تفسر حدوثه وليست السبب الوحيد والأساسي لإحساسنا بالجوع وليس أدل على ذلك من الأشخاص الذين أزيلت معدتهم لأسباب صحية بواسطة الجراحة وتم توصيل المريء بالإثني عشر مباشرة وعلى الرغم من ذلك يحسون بالحاجة إلى الطعام مثل الشخص العادي. ولذلك فإن الإحساس بالجوع لا يعتمد فقط على تقلصات المعدة، بل إن هناك عوامل فسيولوجية وعصبية أخرى تفسره. فقد أشارت تقارير التجارب المعملية أن حافز الجوع ينتج عدم توازن كيميائي في الدم. فسكر الجلوكوز ـ الذي يشكّل أساس الكربوهيدرات ـ يخزن في الكبد بكميات صغيرة ولفترات قصيرة، وعندما ينخفض مستوى السكر في الدم لنقطة معينة ينشط جزء أو مركز في الهيبوثلاموس لينبه الشخص إلى تناول الطعام لرفع مستوى الجلوكوز في الدم. ونحن إذا حقنّا حيوان جائع (مستوى منخفض من سكر الدم) بدم حيوان غير جائع (مستوى مرتفع من سكر الدم) فإننا نجد الأول يرفض الأكل على الرغم من احتياجه للطعام أو إحساسه بالجوع لفراغ معدته. وبالمثل إذا حقن شخص جائع بالجلوكاجون. (هرمون لرفع مستوى سكر الدم) فإنه لا يجد رغبة في الأكل على الرغم من حاجته للطعام. وهناك مركزان في المخ يقومان بضبط وتنظيم كميات الطعام التي يحتاج إليها الجسم هما:

(١) Hunger.

(١) نويات الفنتروميديال[١].

(٢) جانبي الهيبوثلاموس[٢].

هذان المركزان يعملان معاً، إذ يرسل جانبي الهيبوثلاموس رسائل منبهة للأكل بينما تكف نويات الفنتروميديال هذه الرسائل فإذا نبه جانب الهيبوثلاموس كهربياً فإن الحيوان الذي وصل إلى مرحلة الشبع سيستمر في الأكل ويزداد وزنه، وإذا أصيب هذا الجزء أو أزيل جراحياً فإن الحيوان يتوقف عن الأكل أو يقل معدله ويبدأ وزنه في الانخفاض أيضاً،إذا نبهت نويات الفنتروميديال كهربياً ستجد أن الحيوان يتوقف عن الأكل فإذا أصيبت أو أزيلت نجده يأكل بشراهة ويزداد وزنه بمعدل سريع. ولذلك فالمركزان يعملان معاً لضبط معدل الطعام الذي نتناوله. وقد أوضحت الدراسات الحديثة أن هناك مراكز أخرى في المخ غير الهيبوثلاموس مسؤولة عن تنظيم الأكل مثل الجهاز الطرفي والقص الصدغي.

التعلم والجوع:

على الرغم من أن دافع الجوع غير متعلم كما سبق أن ذكرنا إلا أننا نستطيع تعديله وتطويعه من خلال التعلم. أبسط الأمثلة أننا نتعود أن نأكل ثلاث وجبات في اليوم وفي مواعيد منتظمة بقدر الإمكان وبالتالي نجد أن الجسم يكيّف نفسه على هذه الطرز فينمو إيقاعاً للتوقُّع.

وبالإضافة إلى العوامل الفسيولوجية التي ذكرناها فإن هناك عوامل خارجية تستثير حافز الجوع، وأحد التفسيرات لزيادة الوزن هو أن الشخص السمين يسهل استثارته بشكل الطعام ورائحته عن الشخص ذو الوزن العادي وإلى حد كبير فإن ما نختاره لنأكله محكوم بالتعلم والعادة، فمشروب الكولا رغم أنه يزوّدنا بحلاوة عصير البرتقال والأثر التنبيهي للقهوة ومع ذلك فإننا لا نتناوله في إفطارنا مع البيض والجبن.

---

(١) Ventromedial.

(٢) Lateral Hypo thalam-us.

كما تؤثر العوامل الوجدانية والانفعالية في الجوع، فقد تجلس إلى المائدة ولديك رغبة قوية في إشباع جوعك ولكن مناقشة حادة قد تدفعك إلى ترك الطعام كما تلعب العوامل الاجتماعية كذلك دوراً في سلوك الأكل وتهذيبه وإخضاعه لآداب وقواعد معينة. ولكن كل أنواع السلوك هذه هي استجابات لحاجة عضوية تولد بها ولا نستطيع البقاء بدون إشباعها.

(٢) دافع العطش[1]

فسيولوجية العطش مشابهة تماماً لفسيولوجية الجوع، فعندما تكون جوعان تتقلص معدتك، وبالمثل عندما تكون عطشان فإنك تشعر بجفاف الفم والحلق ولكن في الواقع أن جفاف الفم والحلق يعتبر عنصراً واحداً فقط من عناصر دافع العطش، فلقد أظهرت التجارب أن الجهاز العصبي يقوم بتنظيم السوائل اعتماداً على نسبة الماء في الجسم. إذ تسبب أملاح الدم (صوديوم كلورايد)[2] انخفاض الماء من خلايا الجسم، ولذلك عندما يرتفع مستوى الأملاح في الدم فإن الخلايا تحتاج لمزيد من السوائل هنا ينشط مركز العطش في الهيبوثلاموس فيستثار دافع العطش لدى الكائن، وبعد الشرب يعود التوازن الكيميائي إلى حالته الطبيعية أو العادية في الجسم.

وأيضاً يلعب التعلم دوراً في الاستجابة لدافع العطش، إذ تؤثر العوامل الفردية والثقافية في اختيارنا لما نشرب من السوائل. فبعض الناس يتجنبون شرب القهوة لاعتقادهم بأن المنبهات ضارة، بينما يرمز فنجان القهوة لدى بعض الناس إلى الراحة والاسترخاء بعد عناء العمل.

(٣) الحاجة إلى النوم والأحلام[3]:

كما نحتاج للطعام والشراب نحتاج إلى النوم، فنحن نقضي ثلث

---

(١) Thirst.

(٢) Sodium Chloride.

(٣) Sleepand dreaming.

حياتنا نائمين. والحرمان من النوم لفترات طويلة (فوق مائتي ساعة) يؤدي إلى عدد من المظاهر السلبية: كالاضطرابات الحسية (لمسية - سمعية - بصرية) - والهلاوس - عدم القدرة على التركيز - الانسحاب اختلال التوجه[1] المكاني والزماني - ازدياد معدل ضربات القلب اختلال النظام الهرموني... ثم بداية الذهان[2]. (الأمراض العقلية) فالجسم والعقل يحتاج إلى النوم ليقوم بوظائفه الحيوية على أكمل وجه. أيضاً نحتاج إلى الأحلام، فنحن نحلم ساعتين كل ليلة في المتوسط سواء تذكرنا أحلامنا أم لا. وفي أحد التجارب كان يوقظ الناس في فترات الأحلام لمدة خمس ليال متتالية فكان من نتائج الحرمان من الأحلام: القلق الزائد - القابلية للاستثارة - الإحساس بالجوع - صعوبة التركيز - وبعض الأشخاص بدأوا في الهلوسة، والحرمان من الأحلام لفترات طويلة يجعل الناس يحلمون بمجرد أن يغمضواأعينهم وكأنهم يعرضون ما فاتهم من أحلام مما يدل على قوة وشدة الحاجة إلى الأحلام. كذلك يقرر كثير من الناس الذين يعتمدون على الكحوليات أو العقاقير أو الذين يفقدون فترات الأحلام بسبب المرض الشديد، هؤلاء يقدرون أنه بمجرد إزالة أو انتهاء العوامل السابقة فإنهم يحلمون أكثر تكراراً وشدة.

(٤) الحاجة إلى الابتعاد عن الألم[3]:

الدوافع الثلاثة السابقة تجعل الشخص يبحث عن الطعام والشراب والنوم. أما الألم فعلى النقيض من ذلك فإن الشخص يهرب منه أو يتجنبه. فنحن عندما نشعر بالألم نعرف أننا أمام شكل من أشكال الخطر الذي يتهددنا فنحاول الابتعاد عنه. فأنت إذا شعرت بصداع واحتقان في الزور وآلام في المفاصل فإنك ستتوقع أنها بداية انفلونزا حادة ولذلك ستمكث في

(١) Disorientition.

(٢) Psychosis.

(٣) Pain.

الفراش وتأخذ قرص أسبرين ثم تستدعي الطبيب. والاستجابة للألم تكون مشروطة بعوامل ثقافية اجتماعية متعلمة، فهناك بعض الناس يبالغون أو يفرطون في الإحساس بالألم والبعض الآخر يقللون منه، فعلى سبيل المثال: نجد المرأة الحامل في بعض المجتمعات تظل تعمل حتى آخر دقيقة وتتحمل ألم الولادة وتستقبل وليدها وترعاه بلا شكوى وتعود مباشرة إلى عملها، بينما في ثقافات أخرى تجد المرأة تبالغ في إحساسها بآلام الحمل والولادة وغالباً ما يدعم إحساسها هذا الطقوس الاجتماعية التي تقدمها لها الثقافة التي تنتمي إليها.

٥ ـ الدافع الجنسي[١]:

لهرمونات الجنس (تستسترون[٢] للذكر ـ ايستروجين[٣] للإناث) دورها الكبير بالنسبة للدافع الجنسي وعند الحيوانات الدنيا نجد أن الهرمونات لها الدور الأساسي والوحيد، وكلما ارتفعنا في سلم الارتقاء من الحيوانات الدنيا إلى الحيوانات العليا إلى الإنسان تقل أهمية الهرمونات ويزداد تأثير عوامل التعلم ومؤثرات البيئة.

ويقوم الهيبوثلاموس بدور هام بالنسبة للدافع الجنسي فالأفراد أو الحيوانات التي يتلف لديها هذا المركز تفقد الاهتمام بالجنس فعندما يصل إفراز الغدد الجنسية من الهرمونات إلى الهيبوثلاموس من خلال مجرى الدم ينشط الدافع الجنسي. وفي بعض التجارب تم زراعة أبر خاصة ينتشر على طرفها الهرمون الجنسي في أجزاء مختلفة من المخ. وقد وجد أن الحيوانات التي وصل الهرمون عندها إلى الهيبوثلاموس نشط لديها الدافع الجنسي.

أما الحيوانات التي وصل لديها الهرمون إلى مناطق أخرى بالمخ فلم يظهر لديها نشاط في الدافع الجنسي.

---

(١) Sex.

(٢) Testesterone.

(٣) Estrogen.

وللتعلم دوره الهام في تنظيم السلوك الجنسي لدى الإنسان وقد أوضحت الدراسات العلمية وجود فروق في معدل أو تكرار العملية الجنسية لدى المتزوجين من مجتمع لآخر، ووجود فروق حضارية وفروق فردية في مواصفات الشخص الذي يعتبر جذاباً جنسياً، كما تتأثر مظاهر السلوك الجنسي الأخرى بعوامل التعلم والبيئة.

٦ ـ دوافع الأمومة[١]:

يعتبر دافع الأمومة من الدوافع الفسيولوجية التي لا تتعلمها الكائنات الحية بل تصدر عنها بشكل تلقائي. فنجد مثلاً القطة تعتني بصغارها حديثي الولادة وتضمهم في مكان بعيد آمن، وإذا شعرت بأي تهديد لهم حملتهم بفمها إلى مكان آخر أكثر أماناً.

وهناك عوامل فسيولوجية تعمل على تنشيط دافع الأمومة. وأحد هذه العوامل هرمون البرولاكتين الذي يرتبط بإفراز اللبن. فإذا تم حقن هذا الهرمون في الفئران الصغار أو حتى الذكور نجد أنها تبدأ في بناء الأعشاش. وتأخذ دوافع الأمومة أشكالاً جامدة لدى الكائنات الحية الأدنى من الإنسان، ولكنها تأخذ عند الإنسان صور أكثر مرونة، ويظهر عليها تأثير التعلم والخبرات السابقة، فنجد أن هناك فروقاً بين الحضارات المختلفة في مظاهر الأمومة وشكل العناية بالأطفال.

ثانياً: الدوافع المتعلمة[٢]:

رغم أن الدوافع المتعلمة ليست داخلية ولادية إلا أنها تتحكم في سلوكنا وتوجهه كالدوافع الفسيولوجية. وفيما يلي نعرض لبعضها:

(١) الخوف[٣]:

نحن نخشى أو نخاف بعض الأشياء أو بعض المواقف التي نواجهها.

---

(١) Maternal Motive.

(٢) Learned Motives.

(٣) Fear.

لأنها تنطوي على خطر ولذلك نحاول تجنبهـا أو الهرب منهـا. والإنسان يتعلم الخوف من خلال ارتباطه بالألم أو الحالات غير السارة. فإذا تعرض طفل لعض كلب في الشارع فإنه سيتعلم الخوف منه ويحاول الابتعاد عنه حينما يراه مرة أخرى، وسوف يعمّم خوفه على جميع الكلاب. ولـذلك يكون الخوف هاماً أحياناً في معرفتنا بمخاطر البيئة وتجنبها.

تجربة توضح تعلم الخوف:

في إحـدى التجارب تمّ تعليم الفئـران الهرب من منبـه مؤلم حيث وُضعوا في حجرة صغيرة بيضاء وعرضوا لصدمة كهربائية (أرضية الحجرة موصلة بالكهرباء) ثم سُمح لهم بالهروب لحجرة سوداء خالية من الصدمة الكهربائية، وحينما وضعـوا في حجرة بيضـاء خاليـة أيضاً من الصـدمة الكهربائية بدت عليهم علامات الخوف كالارتعاش والقفز على الرغم من عدم وجود ألم فعلي في هذه المرة الثانية، فالحجرة البيضاء أصبحت مرتبطة بالألم ولذلك أثارت الخوف لديهم، وقد يمتد الخوف إلى أي منبهات موجودة في الموقف، فإذا دقّ صوت جرس في وقت حدوث الصدمة فإن الفئران تخاف أيضاً عند سماعه. فالارتباط يلعب دوراً مؤثراً في حدوث الخوف، أو حتى مجرّد تصور الأذى المصاحب لمنبه ما يؤدي إلى الخوف أيضاً. وطالما تمّ تعلم استجابة الخوف يكون من الصعب إزالتها بل تمتد إلى أشياء أو منبهات أخرى غير المنبه الأصلي المسبّب للألم.

وقد يشكو الناس من مخاوف غير منطقية أو غير عقلانية ولكن كثيراً من هذه المخاوف تم تعلّمها في مواقف غـير سارة أو خـطيرة ثم امتدت من خلال الارتباط إلى أشياء أخرى أو مواقف أخرى لا يكون فيها العامل أو المنبه المهدد، أو يكون موجوداً في حدوده الدنيا. فمثلاً الخوف من الأماكن المرتفعة يتعلم من سقوط الشخص من مكان مرتفع أو يكون قريبـاً من سقوط مفاجىء لشخص آخر. وإذا ما كنت تخشى الظلام فإنك ستشعر بالخوف والتوتر في أي حجرة مظلمة غير مألوفة لك وتكون غير قادرٍا على

تحسس طريقك. فنحن نحاول دائماً الابتعاد عما يسبّب الخوف بداخلنا.

(٢) العدوان[1]:

إذا رأيت أباً يضرب إبنه ضرباً مبرحاً بعصا غليظة على رأسه فإنك ستفترض أن العدوان داخلي المنشأ[2]. وبعض علماء النفس يتبنّون هذه الوجهة من النظر مثال فرويد Freud ولورينز Lorenz إذ يعتقدون أننا نولد وداخلنا العدوان، وهذا الدافع الداخلي يعبّر عن نفسه في صورة التدمير ـ الحرب ـ السادية (حب تعذيب الآخرين).

ويشير لازاروس Lazarus إلى دور العوامل الاجتماعية في تهذيب هذا الدافع الداخلي، وإلى نفس المعنى يذهب فرويد. فالحياة المدنيـة سبيلاً لإزاحة طاقاتنا العدوانية والتنفيس عنها. فالتنافس في العمل والعنف الذي يظهر في مباريات كرة القدم ينظر إليها على أنها وسائل لإعادة توجيه هذا العدوان الداخلي إلى صورة مفيدة أو ممتعة أو على الأقل ذات ضرر محدود.

والنظر إلى العدوان على أنه دافع داخلي، نظرة تجعل الإنسان كائن سلبي مسلوب الإرادة فطر على التدمير وترقب الخطر. بالإضافة إلى هذا فإن العدوان طالما هو طاقة داخلية فإن لم يعبر عنها فسوف نعاني دائماً من التوتر والألم.

هذه الوجهة من النظر القائلة بأن العدوان داخلي لا تلقى قبولاً لدى عدد كبير من علماء النفس أمثال: ماسلو Maslow وفـرووم Fromm إذا ينظرون إلى الناس نظرة إيجابية ويؤكدون على الميول الإنسانية والتعاونية في طبيعتنا الأساسية.

وهناك وجهة نظر أخرى تقترح أن العدوان ليس دافعاً على الإطلاق ولكنه ببساطة شكل من أشكال السلوك الناتج عن عدم إشباع الدوافع الأخرى. إذ يؤدي عدم إشباعها إلى الإحبـاط الذي ينتـج عنه السلوك

---

(١) Agression.   (٢) Cnrate.

العدواني. وتبعاً لذلك فإنه عندما تختفي المنبهات المرتبطة بالاحباط لا يظهر السلوك العدواني. وبذلك لا تستطيع اعتبار العدوان دافع في حد ذاته.

إلا أن كثير من الباحثين يذكرون أن الدراسات المعملية لا تؤيد فكرة أن الاحباط يؤدي بالضرورة إلى العدوان، فقد لاحظ باندورا أن الاحباط يؤدي إلى أشكال كثيرة متنوعة من السلوك غير العدواني مثل البحث عن المساعدة أو التأييد - التحصيل الزائد - الانسحاب الاستسلام - الاستقالة من العمل - الهروب من خلال الاعتماد على العقاقير المخدرة والكحوليات. ويرى باندورا أن الاحباط ينتج عنه العدوان فقط لدى الأشخاص الذين تعلموا أو تكوّنت لديهم اتجاهات وأفعال عدوانية كوسائل للتعامل مع المواقف غير السارة على أي الأحوال، فجزء كبير من السلوك العدواني متعلم فالطفل الذي ينشأ في مناخ التنافس الشديد يكون مهيأ للعدوان فيميل إلى الشجار مثلاً. والطفل الذي يعاقب على سلوكه العدواني نحن نقدم له نموذجاً للعدوان يقتدي به، فالعقاب في حد ذاته عدواناً يلحق الأذى به، فالأطفال الذين يعاقبون بشدة نجدهم يسلكون بعدوانية عنيفة تجاه الآخرين أو حتى تجاه لعبهم... فالعدوان متعلم من البيئة من خلال عمليات الاقتداء والمحاكاة والتنشئة الاجتماعية. كذلك يتعلم من خلال تدعيمه.

(٣) الدوافع الاجتماعية[1]:

فئة أخرى من الدوافع المتعلمة تتمركز حول علاقاتنا مع الآخرين. ويلاحظه السلوك اليومي نجد أن الدوافع الاجتماعية تلعب دوراً كبيراً في حياتنا، هذه الدوافع الاجتماعية عديدة يصعب حصرها - وسوف نناقش نماذج من هذه الدوافع:

---

(١) Social Motives.

أ ـ التحصيل[1]:

دافع التحصيل من الدوافع الهامة بالنسبة للفرد والمجتمع فهو الذي يدفع الفرد إلى بذل الجهد من أجل الوصول إلى أهداف هامة بالنسبة له، ويجعل الهدف الأسمى للفرد النجاح في الدراسة أو العمل. هو ببساطة الرغبة في الأداء بتفوق أو على أفضل وجه.

ومن خلال الاختبارات النفسية والسير الذاتية استطاع علماء النفس التوصل إلى بعض السمات العامة المميزة للأشخاص ذوي التحصيل المرتفع، مثل هؤلاء الأشخاص يثبتون أنفسهم في مواقف التنافس ـ سريعو التعلم ـ لديهم ثقة بالنفس ـ يتعلمون المسؤوليات طواعية ـ يقاومون الضغوط الاجتماعية الخارجية ويتعلمون ما يصادفهم في طريق أهدافهم. ومع ذلك فهم متوترون ويعانون من أمراض نفسجسمية.

وهناك عاملين لنشأة الدافع للتحصيل: أولاً لا بد للطفل من أن يرى تغيرات ناجحة في البيئة من حوله نتيجة لأفعاله ومجهوداته. وثانياً: لا بد من أن يكافأ ويدعم من الراشدين على تفوقه وتحصيله. ومن هنا يتعلم الطفل التمييز بين الأداء الجيد والسيء ويعرف أنه سوف يحصل على الثناء والمديح كنتيجة للتحصيل أو يتعرض للعقاب إذا قصر، وهذا يؤدي إلى الرغبة في عمل الأشياء على الوجه الأكمل ومن المهم أن نلاحظ أن معايير التحصيل تعتمد على الثقافة السائدة وتختلف من مجتمع لآخر.

(ب) الاندماج (الانتساب)[2]:

إنك أحياناً تفضّل الابتعاد عن الناس لتقضي أمسية أو عطلة نهاية الأسبوع بمفردك تقرأ أو تفكّر لتكون مع نفسك. إلا أنه بصفة عامة يحتاج الناس إلى الاندماج... الحاجة إلى أن تكون مع آخرين، فإذا عزل الشخص أو حرم من الاتصال الاجتماعي لفترة طويلة فسوف يكون قلقاً ومتوتراً.

---

(١) Achievement.

(٢) Affiliation.

وتظهر الحاجة إلى الاندماج حين يشعر الناس بالتهديد. فإحساسك بأنك جزء من جماعة متعاطفة إحساس هام لتشجيعك وأنت ذاهب للاشتراك في الحرب مثلاً. وحين يجتمع كابتن الفريق بالأعضاء قبل المباراة هو محاولة لإثارة دافع الاندماج لديهم وشعورهم بأنهم يعملون من أجل هدف جماعي. وينشأ هذا الدافع أول ما ينشأ داخل الأسرة باعتبارها الجماعة الأولى التي ينتمي إليها الطفل، وباتساع الدوائر الاجتماعية التي ينتمي إليها الفرد بنمو الدافع للاندماج ويتطور.

ـ التدرج من الدوافع (النظام المتصاعد للدوافع)[1]

قدم ماسلو نظرية في الدافعية الإنسانية حاول منها أن يصيغ نسقاً مترابطاً يفسّر من خلاله طبيعة الدوافع أو الحاجات التي تحرّك السلوك الإنساني وتشكّله. في هذه النظرية يفترض ماسلو أن الدوافع تنتظم في تدرج أو نظام، متصاعد من حيث الأولية أو شدة التأثير. فعندما تشبع الحاجات الأساسية والأكثر إلحاحاً فإن الحاجات التالية في التدرج الهرمي تبرز وتطلب الإشباع هي الأخرى، وعندما نشبع نكون قد صعدنا درجة أعلى على سلم الدوافع وهكذا حتى نصل إلى قمته. هذه الحاجات والدوافع وفقاً لأولوياتها في النظام المتصاعد كما وصفه ماسلو.

١ ـ الحاجات الفسيولوجية: Seff- actualiza- . tion.

٢ ـ حاجات الأمان:

٣ ـ حاجات الحب والانتماء: Esteem Needs.

٤ ـ حاجات التقدير: Belongingness needsafety-need.

٥ ـ حاجات تحقيق الذات: Physiological needs.

(١) الحاجات الفسيولوجية:

مثل الجوع والعطش وتجنب الألم والجنس... الخ. من الحاجات

---

(١) Ahierarchyofmotives.

التي تخدم البقاء البيولوجي بشكل مباشر. وقد سبق الحديث عنها بالتفصيل.

(٢) حاجات الأمان[١]:

وتشمل الأمان المادي، والأمان المعنوي. مثل الحاجة إلى الإحساس بالنظام والحماية والاعتماد على مصدر مشبع للحاجات وعدم إشباع مثل هذه الحاجات يظهر في شكل مخاوف مثل الخوف من المجهول أو الخوف من فقدان التحكم في الظروف المحيطة.

(٣) حاجات الحب والانتماء[٢]:

وتشمل مجموعة من الحاجات ذات التوجه الاجتماعي مثل الحاجة إلى علاقة حميمة مع شخص آخر.. الحاجة إلى أن يكون الإنسان عضواً في جماعة منظّمة أو بيئة وإطار اجتماعي يحس فيه بالألفة مثل العائلة أو الحي.

بالنسبة لحب بصفة خاصة يفرق ماسلو بين نوعين أو مستويين لهذه الحاجة:

أ ـ المستوى الأدنى أو مستوى الحب الناشىء عن النقص[٣]:

وفيه يبحث الإنسان عن صحبة أو علاقة تخلّصه من توتر الوحدة وتساهم في إشباع حاجاته الأساسية الأخرى كالجنس مثلاً.

ب ـ المستوى الأعلى أو مستوى الكينونة[٤]:

وفيه يقيم الإنسان علاقة خالصة مع آخر كشخص مستقل، كوجود آخر يحبّه لذاته دون رغبة في استعماله أو تغيير لصالح احتياجاته هو.

(٤) حاجات التقدير[٥]:

هذا النوع من الحاجات كما يراه ماسلو له جانبان:

---

(١) Safety Needs.
(٢) Love & Belonging needs.
(٣) Deficit Love.
(٤) Being - Love.
(٥) Esteem Needs.

أ ـ جانب متعلق باحترام النفس أو الإحساس الداخلي بالقيمة الذاتية.

ب ـ والآخر متعلق بالحاجة إلى اكتساب الاحترام والتقدير من الخارج.

ويرى ماسلو أنه بتطور السن والنضج الشخصي يصبح الجانب الأول أكثر قيمة وأهمية للإنسان من الجانب الثاني.

(٥) حاجات تحقيق الذات[١]: والحاجات العليا[٢].

تحت عنوان تحقيق الذات يصف ماسلو مجموعة من الحاجات والدوافع العليا التي لا يصل إليها الإنسان إلا بعد تحقيق إشباع كاف لما يسبقها من الحاجات الأدنى وتحقيق الذات يشير إلى حاجة الإنسان إلى استخدام كل قدراته وتنميتها إلى أقصى مدى ممكن، أيضاً يشمل تحقيق الذات يتبقى نوعان من الحاجات أو الدوافع:

(١) الحاجات الجمالية[٣]:

وهي تشمل عدم احتمال الاضطراب والفوضى والقبح والميل إلى النظام والتناسق.

(٢) الحاجات المعرفية[٤]:

وتشمل الحاجة إلى الاستكشاف والمعرفة والفهم. وهذه الحاجات تصبح قيمة يسعى الإنسان إليها لذاتها بصرف النظر عن علاقتها بإشباع الحاجات الأدنى.

وقد قام ماسلو ببحث متعمق وشامل لمجموعة من الأشخاص الذين تمكّنوا من تحقيق ذواتهم أو حققوا إمكاناتهم إلى أقصى مدى ممكن. وقد شملت المجموعة بعض معاصريه أمثال اينشتين وروزفلت بالإضافة إلى

---

(١) Self Actualization.

(٢) Meta Needs.

(٣) Aesthetic Needs.

(٤) Cogritive Needs.

شخصيات تاريخية مثل بيتهوفن وقد استخدم في الدراسة المقابلات وملاحظات السلوك والسير الذاتية.

ومن خلال هذه الدراسة أمكن لماسلو تحديد عدد من الخصائص أو السمات التي تميز هؤلاء الذين وصلوا إلى مرحلة تحقيق الذات ويمكن إيجازها فيما يلي:

(١) الاتجاه الواقعي أو الإدراك السليم للواقع فمثل هؤلاء الأشخاص يتميزون بالقدرة على الحكم الدقيق على الواقع والتنبؤ بأحداثه، كما تكون لديهم القدرة العالية على تحمل الغموض وعدم الوضوح.

(٢) القدرة على تقبّل النفس والآخرين:

(٣) التلقائية والبساطة: فهم يثقون في مشاعرهم وسلوكهم تجاه الآخرين.

(٤) القدرة على التمركز حول المشاكل بدلاً من التمركز حول أنفسهم أي يمكنهم التركيز على المشاكل بانفصالهم عن ذواتهم.

(٥) الحاجة إلى الخصوصية، ونوع من الانفصال عن الآخرين فهم يرغبون في نوع من الوحدة التي تجعلهم يعرفون المزيد عن أنفسهم كما يتميزون بأنه ليس لهم علاقات ملتصقة بشكل اعتمادي على الآخرين.

(٦) لا يستسلمون للعادة ولا يأخذون الأمور كمسلمات وإنما تظل رؤيتهم وتقديرهم للأفراد والأشياء في تجدد مستمر دون نمطية جامدة.

(٧) القدرة على التعاطف مع الآخرين.

(٨) القدرة على تكوين علاقات عميقة وقوية، وهم عادة أميَل إلى تكوين هذه العلاقات القوية والعميقة مع أشخاص قليلين، بدلاً من تكوين علاقات واسعة وسطحية.

(٩) قدرتهم على احتمال وقبول الاختلافات الدينية والطبقية.

واختلافات السن والمهنة، بالإضافة إلى الاحترام الحقيقي لـرأي الآخر.

(١٠) تماسك وتكامل الشخصية.

(١١) القدرة الإبداعية والخلق والابتكار.

وغير ذلك من السمات والخصائص التي عـرضها مـاسلو في قائمـة طويلة.

يتضح من السياق أن ماسلو يفرق بوضوح بين نوعين من الحاجات أو الدوافع:

١ ـ الحاجات الدنيا أو حاجات إشباع النقص.

٢ ـ الحاجات العليا.

الحاجات الدنيا تشمل على وجه التحديـد الحاجـات الفسيولـوجية بالإضافة إلى حاجات الأمان وحاجات الحب والانتماء ثم حاجات التقدير. هذه الحاجات تتسم بصفة أساسية بأنها تخدم إشبـاع حالات النقص في الكائن الحي وتهدف إلى خفض التوتر الناشيء عن هذا النقص سواء كان توتراً فسيولوجياً مثل الجوع أو الألم أو توتراً عاطفياً مثل توتر الحاجة إلى الحب والتقدير. وتحقق الإشباع أو خفض التوتر هنا يؤدي إلى التناقص أو اختفاء دوافع هذا المستوى. وفي هذا المستوى من الحاجات يكون الإنسان في حالة اعتماد على الآخرين أو الأشياء الخارجية التي يـرتبط بها إشبـاع حاجاته ويكون مجرد مستجيب لما حوله يغلب على سلوكه طابع رد الفعل للمؤثرات: لضغوط الحاجات للثواب والعقاب ـ للألم ـ الخوف من فقد مصادر ـ الإشباع . . . إلخ.

أما الحاجات العليا فتتمثل في حاجات تحقيق الذات أو تجاوزها وتبدأ في الظهور بعد أن يتحقق قدر كاف من إشباع الحاجات الأدنى، وهي لا تدفع في اتجاه إشباع نقص ما، وإنما تدفع في اتجاه نمو وتـطور نحو قيم وغايات عليا. وإشباع هذه الغايات بأي درجة لا يؤدي إلى خفض التوتر

وإشباع الدافع وتوقفه كما هو الحال مع الحاجات الأدنى وإنما قد يزيد من شدة الدافع.

في هذا المستوى من الحاجات يصبح السلوك متوجهاً نحو النمو والتطور نحو حالات أرقى في الوجود.

فهرس الكتاب

مقدمة ٣
١ ـ علم النفس وتطوره التاريخي ٥
٢ ـ أهمية دراسة علم النفس ٩
٣ ـ مراحل تطور علم النفس ١٥
ثانياً: مرحلة التفكير الفلسفي ١٥
أ ـ العلاقة بين الروح «أو العقل أو النفس» والجسم ١٥
ب ـ رأي الفلاسفة في علاقة العقل بالجسم ١٦
١ ـ أفلاطون ١٧
٢ ـ أرسطو ١٩
٣ ـ ديكارت ٢٠
ثالثاً: مرحلة التجريب والقياس ٢٣
١ ـ حركة التجريب في ألمانيا ٢٣
٢ ـ الدراسة الإحصائية للفروق الفردية والقياس العقلي ٢٤
(أ) دراسة الوراثة وتحسين النسل في انجلترا ٢٤
(ب) حركة العناية بضعاف العقول في فرنسا ٢٥
(جـ) حركة القياس العقلي في أمريكا ٢٦
٣ ـ تجارب علم النفس على الحيوان ٢٧
رابعاً: تشعب مذاهب ومدارس علم النفس ٢٩
١ ـ المدرسة التكوينية ٣١
٢ ـ المدرسة الوظيفية ٣١
٣ ـ المدرسة الترابطية ٣٢

٤ ـ المدرسة السلوكية ٣٣
٥ ـ مدرسة الجشتالت ٣٤
٦ ـ مدرسة التحليل النفسي ٣٥
٧ ـ المدرسة الغرضية ٣٥
٤ ـ علم النفس الحديث ٣٩
أولاً: علم النفس الطبي ٤٢
ثانياً: علم النفس التربوي ٤٤
ثالثاً: علم النفس الصناعي ٤٦
رابعاً: علم النفس التجاري ٤٩
خامساً: علم النفس الاستشاري ٥٠
سادساً: علم النفس المهني ٥٢
سابعاً: علم النفس الجنائي ٥٤
ثامناً: علم النفس الحربي ٥٦
تاسعاً: علم النفس الاجتماعي ٥٨
٥ ـ علاقة علم النفس بالعلوم الأخرى ٦١
١ ـ علم النفس والخدمة الاجتماعية ٦١
٦ ـ الأمراض النفسية ٦٣
ـ تعريف الأمراض النفسية ٦٣
أولاً: الهستيريا ٦٥
ـ الهستيريا التحولية ٦٦
ـ هدف الأعراض النفسية ٦٧
ـ السمات النفسية للهستيريا ٦٩
ـ أسباب ظهور المرض النفسي ٧٠
ثانياً: عصاب الوسواس ٧٢
ـ الأعراض ٧٢

- أعراض أخرى ٧٥
- العوامل المسببة للحواز ٧٥
ثالثاً: عصاب القلق ٧٨
- العوامل الممهدة والمعجلة لعصاب القلق ٨٠
- حالة قلق عصابي ٨١
رابعاً: المخاوف الشاذة ٨٢
- الفوبيا الهستيرية ٨٣
- الخوف من السقوط ٨٥
- الخوف من الأماكن المغلقة ٨٦
- الخوف من الأماكن المفتوحة ٨٧
خامساً: عصاب الصدمات ٨٧
- القدرة على تحمل الصدمة ٨٨
- العوامل المسببة لعصاب الصدمة ٨٩
٧ - الأمراض العقلية ٩٢
- الفرق بين الذهان والعصاب ٩٢
٨ - الأمراض العقلية العضوية ٩٨
(١) الشلل الجنوني العام ٩٨
(٢) ذهان الشيخوخة ٩٩
٩ - الأمراض العقلية الوظيفية ١٠١
أولاً: الفصام ١٠١
- الفصام البسيط ١٠٣
- فصام المراهقة ١٠٤
- الفصام التخشبي ١٠٤
- الفصام المدائي ١٠٤
- أصل أمراض الفصام ١٠٥

ثانياً: ذهان المرح والاكتئاب ١٠٦
١٠ ـ الطرق البدائية في علم النفس ١١٠
ـ الطرق المبنية على الفراسة ١١١
١ ـ طريقة تقدير الأمزجة ١١١
٢ ـ طريقة دراسة الملامح ١١٢
ـ التعبيرات الحركية المختلفة ١١٤
ـ الحكم على الناس من تعبيرات وجوههم ١١٤
ـ الحكم على الناس من قوامهم ومشيتهم وطريقة نومهم ١١٦
ـ الحكم على الناس من كتاباتهم ١١٧
٣ ـ طريقة دراسة تضاريس الجمجمة ١١٨
١١ ـ الطرق العملية الحديثة ١٢١
١ ـ طريقة الملاحظة ١٢٢
ـ الصور التي تتسم بها الملاحظة ١٢٣
ـ شروط الملاحظة ١٢٣
ـ الوسائل التي تستخدم في الملاحظة ١٢٥
ـ صعوبات الملاحظة ١٢٥
٢ ـ طريقة التأمل الباطني أو الملاحظة الداخلية ١٢٦
٣ ـ طريقة التجريب ١٢٨
٤ ـ الطرق التتبعية ١٣١
٥ ـ طرق المقارنة ١٣٣
٦ ـ طرق الاختبارات النفسية والقياس العقلي ١٣٦
٧ ـ طرق التحليل الإحصائي ١٣٧
٨ ـ طريقة المقابلة ١٣٩
٩ ـ طريقة بحث الحالات ١٤١
١٠ ـ الاستفتاء ١٤٢

(أ) استفتاء الانتخاب ١٤٥
(ب) استفتاء التدريج ١٤٥
(ج) استفتاء المقارنة الازدواجية ١٤٦
(د) استفتاء الترتيب ١٤٦
ـ تطبيق الاستفتاء ١٤٨
أولاً: الاستفتاء عن طريق المقابلة الشخصية ١٤٩
ثانياً: الاستفتاء عن طريق البريد ١٤٩
١٢ ـ الغرائز والحاجات والدوافع ١٥٠
ـ الدافع النفسي ١٥٠
أولاً: الغرائز ١٥١
١ ـ الحاجة إلى الشعور بالأمن والطمأنينة ١٥٥
٢ ـ الحاجة إلى الحب والعطف ١٥٦
٣ ـ الحاجة إلى الحرية ١٥٨
ـ الزواج والاطمئنان العاطفي ١٥٨
ـ الزواج والإشباع الجنسي ١٥٩
ـ الزواج وإنجاب الأطفال ١٦٠
ـ عوامل أخرى تؤثر في السعادة الزوجية ١٦١
١٣ ـ التعلم ١٦٤
ـ تعريف التعلم ١٦٦
ـ نظريات التعلم ١٦٧
١٤ ـ التعلم الشرطي الكلاسيكي ١٦٩
١٥ ـ التعميم والتمييز ١٧١
ـ تجارب سكنر ١٧٣
ـ التدعيم الإيجابي والسلبي ١٧٣
ـ جداول التدعيم ١٧٤

لسلوك ١٧٥
؛ من التشريط الفعال في المجالات التطبيقية ١٧٧
لجشتالط ١٧٩
الاستبصار ١٨١
ں .لتعلم عند نظرية الجشتالط ١٨٢
القرب ١٨٢
الاعراق ١٨٣
التعلم الاجتماعي ١٨٤
بالملاحظة ١٨٥
لخصائص التنبيهية للقدوة ١٨٦
ع السلوك ١٨٦
يترتب على سلوك القدوة ١٨٦
وجهة الدافعية المعطاة للمفحوص ١٨٦
يات الاحتفاظ ١٨٧
.ة الإنتاج الحركي ١٨٧
عيم ١٨٧
ال ١٩٠
١ ـ الطابع الوجداني للانفعال ١٩٠
٢ ـ الشدة ١٩١
٣ ـ الديمومة ١٩١
٤ ـ التركيب ١٩٢
ـ أنواع الانفعالات ١٩٢
١ ـ الانفعالات الموقفية ١٩٢
أ ـ التأثيرات الحسية المباشرة ١٩٢
ب ـ الانفعالات الأولية ١٩٣

١ ـ السعادة ١٩٣
٢ ـ الحزن ١٩٣
٣ ـ الخوف ١٩٣
٤ ـ الغضب ١٩٤
٢ ـ الانفعالات الاجتماعية ١٩٤
أولاً: الانفعالات المتعلقة بتقدير الفرد لذاته ١٩٤
١ ـ الشعور بالفخار في مقابل الشعور بالخزي ١٩٤
٢ ـ الشعور بالذنب والندم ١٩٥
ثانياً: الانفعالات الاجتماعية ١٩٦
١ ـ الحب والكراهية ١٩٦
١٩ ـ تأثيرات الاستثارة الانفعالية ١٩٧
١ ـ التأثيرات المباشرة ١٩٧
٢ ـ الآثار بعيدة المدى للانفعال ١٩٨
٣ ـ ارتقاء الانفعال ١٩٨
٢٠ ـ الدافعية ٢٠٠
(١) الدافع ٢٠١
(٢) الهدف ٢٠١
(٣) القصد ـ العزم ٢٠١
(٤) الحافز ٢٠١
(٥) الباعث ٢٠١
ـ العلاقة بين الدافع والعادة ٢٠١
ـ أبعاد العادة ٢٠٢
(١) الفترة الزمنية ٢٠٢
(٢) خاصية الدورات ٢٠٣
(٣) خاصية السكون ٢٠٣

٢١ ـ تصنيف الدوافع ٢٠٤
أولاً : الدوافع الفسيولوجية ٢٠٤
١ ـ دافع الجوع ٢٠٥
٢ ـ دافع العطش ٢٠٧
٣ ـ الحاجة إلى النوم والأحلام ٢٠٧
٤ ـ الحاجة إلى الابتعاد عن الألم ٢٠٨
٥ ـ الدافع الجنسي ٢٠٩
٦ ـ دوافع الأمومة ٢١٠
ثانياً : الدوافع المتعلمة ٢١٠
١ ـ الخوف ٢١٠
٢ ـ العدوان ٢١٢
٣ ـ الدوافع الاجتماعية ٢١٣
(أ) التحصيل ٢١٤
(ب) الاندماج ٢١٤
ـ التدرج في الدوافع ٢١٥
١ ـ الحاجات الفسيولوجية ٢١٥
٢ ـ حاجات الأمان ٢١٦
٣ ـ حاجات الحب ٢١٦
(ب) المستوى الأعلى أو مستوى الكينونة ٢١٦
٤ ـ حاجات التقدير ٢١٦
٥ ـ حاجات تحقيق الذات ٢١٧
(١) الحاجات الجمالية ٢١٧
(٢) الحاجات المعرفية ٢١٧

تم فهرس الكتاب بحمد الله تعالى والصلاة والسلام على رسول الله صلّى الله عليه وسلم وعلى آله وأصحابه أجمعين.